ÎNVAȚĂ SINGUR

EDWARD CYSTER și FRANCESCA YOUNG

COD DE BUNE MANIERE MODERNE

Prezentări (21) Arta de a face conversație (31) Eticheta conversațiilor la telefonul mobil (39) Eticheta la serviciu (47) Când împarți casa cu alții (67) Cum să fii o gazdă bună și un oaspete bun (85) Aspect personal (107) Netichetă (125) Călătorii (145) Eticheta în timpul mesei (163) Vorbind în public (191) Cum să te descurci în oraș (201) Eticheta în relații (209) Cum să faci față ocaziilor speciale (227) Dizabilități (237) Ghid despre homosexualitate, pentru heterosexuali (245) Eticheta în sport (253) Eticheta în diverse alte situații (259)

CÂȘTIGĂ PRIETENI ȘI CUCEREȘTE DUȘMANI

O EDIȚIE LITERA

ÎNVAȚĂ SINGUR

EDWARD CYSTER și FRANCESCA YOUNG

COD DE BUNE MANIERE MODERNE

Prezentări (21) Arta de a face conversație (31) Eticheta conversațiilor la telefonul mobil (39) Eticheta la serviciu (47) Când împarți casa cu alții (67) Cum să fii o gazdă bună și un oaspete bun (85) Aspect personal (107) Netichetă (125) Călătorii (145) Eticheta în timpul mesei (163) Vorbind în public (191) Cum să te descurci în oraș (201) Eticheta în relații (209) Cum să faci față ocaziilor speciale (227) Dizabilități (237) Ghid despre homosexualitate, pentru heterosexuali (245) Eticheta în sport (253) Eticheta în diverse alte situații (259)

CÂȘTIGĂ PRIETENI ȘI CUCEREȘTE DUȘMANI

O EDIȚIE LITERA

ÎNVAȚĂ SINGUR

EDWARD CYSTER și FRANCESCA YOUNG

COD DE BUNE MANIERE MODERNE

Prezentări (21) Arta de a face conversație (31) Eticheta conversațiilor la telefonul mobil (39) Eticheta la serviciu (47) Când împarți casa cu alții (67) Cum să fii o gazdă bună și un oaspete bun (85) Aspect personal (107) Netichetă (125) Călătorii (145) Eticheta în timpul mesei (163) Vorbind în public (191) Cum să te descurci în oraș (201) Eticheta în relații (209) Cum să faci față ocaziilor speciale (227) Dizabilități (237) Ghid despre homosexualitate, pentru heterosexuali (245) Eticheta în sport (253) Eticheta în diverse alte situații (259)

CÂȘTIGĂ PRIETENI ȘI CUCEREȘTE DUȘMANI

O EDIȚIE LITERA

Să facem cunoștință cu autorii

1: Ai un minut?

5: Ai cinci minute?

10: Ai zece minute?

Introducere

1. Prezentări

2. Arta de a face conversație

3. Eticheta conversaţiilor la telefonul mobil

4. Eticheta la serviciu

5. Când împarți casa cu alții

6. Cum să fii o gazdă şi un oaspete bun

7. Aspect personal

8. Netichetă

9. Călătorii

10. Eticheta în timpul mesei

11. Vorbind în public

12. Cum să te descurci în oraş

13. Eticheta în relații

14. Cum să faci faţă ocaziilor speciale

15. Dizabilități

16. Ghid despre homosexualitate, pentru heterosexuali

17. Eticheta în sport

18. Eticheta în diverse alte situații

Concluzie

Lecturi suplimentare

EDWARD CYSTER și FRANCESCA YOUNG

COD DE BUNE MANIERE MODERNE

Mulțumiri

Trebuie să le mulțumim prietenilor şi familiilor autorilor, pentru sprijinul constant şi pentru că au aplicat eticheta în lumea reală: Sarei McCorquodale şi Soniei Dzivane, pentru inspirație şi pentru nenumăratele cuvinte de încurajare; lui Rachel Boyd, pentru lecțiile de o viață despre păsări, albine şi prietenie; Annei Burdon-Cooper, pentru a se fi situat mereu la celălalt capăt al firului, într-o conversație manierată la telefonul mobil; Viviennei Blackstone, pentru aprovizionarea nocturnă cu ciocolată și caramel; Monicăi Young, pentru a fi întrezărit calmul de dincolo de furtună; lui Nicki Manomaiudom şi Elenei Andreicheva, pentru că au trecut, de fiecare dată, cu vederea, peste întârzieri; lui Sarah Harding şi Sandrei Higgins, pentru cunoştințele lor infinite despre tot, de la grătare la lucruri permise la locul de muncă; Nicolei Young, pentru a fi șters mereu lacrimile, transformându-le în chicoteli; şi lui James Fisher, fără de care autorii nu s-ar fi cunoscut niciodată, nu ar fi purtat niciodată câteva conversații îngrozitor de politicoase şi nu ar fi scris o carte.

EDWARD CYSTER și FRANCESCA YOUNG

COD DE BUNE MANIERE MODERNE

CÂȘTIGĂ PRIETENI ȘI CUCEREȘTE DUȘMANI

Traducere din limba engleză de
BIANCA PAULEVICI

LITERA®
București
2018

Be Charming: Modern Manners

Edward Cyster și Francesca Young

Copyright © 2008, 2010 Edward Cyster and Francesca Young

Toate drepturile rezervate

Ediţie publicată pentru prima dată în Regatul Unit, în 2008, de Hodder Education, parte a Hachette U.K.

Nici o parte a acestei cărţi nu poate fi reprodusă sau transmisă în orice formă sau prin orice mijloace, electronice sau mecanice, inclusiv fotocopierea, înregistrarea sau orice sistem de informaţii, stocare sau recuperare, fără permisiunea în scris din partea editurii sau fără dreptul obţinut de la Copyright Licensing Agency Limited.

Editura Litera

O.P. 53; C.P. 212, sector 4, Bucureşti, România

tel.: 021 319 6390; 031 425 1619; 0752 548 372;

e-mail: comenzi@litera.ro

Ne puteţi vizita pe

www.litera.ro

Cod de bune maniere moderne

Edward Cyster şi Francesca Young

Copyright © 2018 Grup Media Litera

pentru versiunea în limba română

Toate drepturile rezervate

Traducere din limba engleză: Bianca Paulevici

Editor: Vidrașcu și fiii

Redactor: Isabella Prodan

Corector: Andrada Nistor

Copertă: Flori Zahiu

Tehnoredactare și prepress: Ana Vârtosu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României

Cyster, Edward

Cod de bune maniere moderne. Edward Cyster şi Francesca Young; trad.: Graal Soft. – Bucureşti: Litera, 2018

Index

ISBN 978-606-33-2581-6

ISBN EPUB 978-606-33-6296-5

I. Young, Francesca

II. Paulevici, Bianca (trad.)

159.923

Pentru Monica, Winston, Sandra, Sarah, Stephen şi Nicola, care nu vor fi niciodată cei mai conformiști oameni, dar care sunt, cu siguranță, cei mai iubiți.

Să facem cunoştinţă cu autorii

Bine ai deschis această carte!

Credem că există o mulțime de oameni nepoliticoşi. Nu intenționat, dar, cu toate acestea, sunt nepoliticoşi. Ne-am întâlnit toți cu situaţii de genul: femeia care nu se gândeşte să îşi mute geanta de pe singurul loc liber din tren; bărbatul care menționează că o doamnă pe care nu a mai văzut-o de ceva vreme s-a îngrăşat; sau adolescentul care îşi continuă cu veselie conversația telefonică, în timp ce plăteşte la casă cine știe ce produs. Până şi prietenii noştri sunt nepoliticoși, ocazional, și ei chiar sunt oameni care ne plac.

Dar, oare, lumea nu ar fi un loc mult mai plăcut în care să trăim dacă n-ar fi așa?

Aceste scăpări, în număr mic, ne dezgustă, dar putem totuși să trecem peste ele. În număr mare şi repetate, pe de altă parte, pot să ne facă să nu mai vrem să fim asociați cu persoanele în cauză.

Există, însă, o modalitate prin care poți atenua tendința de a avea scăpări. Manierele sunt aptitudini ce pot fi învățate şi exersate; seamănă puțin cu învățarea unei limbi străine. Dacă le exersezi zilnic cu familia, prietenii, colegii, clienții şi străinii, ai să vezi că aceştia te respectă tot mai mult.

E imposibil ca o carte să poată acoperi toate situaţiile care pot apărea în vremurile noastre, aşa că lucrarea de faţă asigură o serie de îndrumări pentru circumstanțele zilnice cele mai obişnuite şi mai derutante. Şi, odată ce ai înțeles raționamentul de la baza trucurilor prezentate aici, restul lucrurilor încep să pară fireşti.

În opinia noastră, un comportament politicos, mai ales într-o lume în care mulți nu se mai preocupă de asta, face o persoană să se distingă prin amabilitatea, atenţia și inteligenţa ei, astfel încât, prin toate acestea, să-și facă prieteni şi să-și deschidă tot felul de uși.

1: Ai un minut?

Pentru a fi curtenitor, trebuie să exersezi zilnic. Iată câțiva paşi pe care îi poți face chiar acum! Încearcă-i chiar astăzi!

Foloseşte cu generozitate cuvinte precum „te rog“, „mulțumesc“ şi „îmi pare rău“, dar şi „bună dimineața“, „bună ziua“ şi „bună seara“.

Fii punctual! Nu pleca de la premisa că timpul altuia este mai puțin valoros ca al tău. Dacă vei întârzia, avertizeaz-o pe cealaltă persoană cât mai curând posibil!

Păstrează-te curat şi îngrijit! Spală-te pe mâini mai des pe parcursul zilei! Dă-te cu săpun şi săpuneşte-te cel puțin 15 secunde, acordând atenție unghiilor şi dosului palmelor.

Fii conştient că limbajul corporal poate trăda sentimente pe care o persoană cu bune maniere nu le-ar exprima. S-au scris cărți întregi despre limbajul corpului, dar, pentru început, ia seama la următoarele:

• Respectă spațiul personal al altor persoane! De exemplu, nu te sprijini de un scaun pe care stă altcineva. Dacă un om face un pas în spate, nu înainta automat.

• Ce faci cu brațele? De exemplu, dacă vrei să pari primitor şi abordabil, nu le încrucişa.

• Iar mimica? Nu te încrunta, atunci când ți se cere o favoare sau când ți se alocă o sarcină care îți displace.

Gândeşte-te preț de o clipă la prieteni şi la familie. Rutina ta consolidată prevede o distribuție corectă a sarcinilor? Respecți spațiul

personal al tuturor? Ai vrut să suni pe cineva și ai uitat? E ușor să îi luăm de buni pe cei mai apropiați nouă. Dar a venit timpul să facem un efort și să fim curtenitori inclusiv cu ei.

5: Ai cinci minute?

Pentru a fi curtenitor, trebuie să exersezi zilnic. Iată câțiva paşi pe care îi poți realiza săptămâna aceasta! Încearcă-i numaidecât!

Eticheta pentru vorbit la telefon: idei principale

• Când eşti cu cineva, închide telefonul sau pune-l pe vibrații. Fii atent la omul cu care eşti!

• Nu vorbi tare!

• Aminteşte-ți să respecți regulile prin care se interzice folosirea telefoanelor mobile în anumite zone.

• La serviciu, ia-ți telefonul cu tine când pleci de la birou.

• Gândeşte-te bine cât de oportun e un mesaj, în condițiile în care poți și să dai un telefon. Hotărăște atent!

Eticheta la birou: idei principale

• Nu discuta cu nimeni la distanță, într-un spațiu de lucru deschis. Îi deranjezi pe ceilalți. Mergi la biroul persoanei cu care ai treabă sau sun-o!

• Ține-ți biroul curat și ordonat!

• Îngrijeşte-te de înfățişarea şi de igiena ta!

• Foloseşte-ți e-mailul de serviciu pentru înștiințări legate de slujbă. Acordă prioritate e-mailurilor de serviciu și nu pierde vremea discutând cu prietenii!

• Când ai probleme cu colegii, încearcă să le rezolvi direct cu ei, și abia apoi să îl implici, eventual, pe şeful vostru.

Supraviețuirea în mediul urban: idei principale

• Fii atent la ceilalți oameni care se grăbesc şi fii atent și când te grăbeşti tu!

• Nu lovi oamenii cu geanta!

• Dacă se poate, când ascensoarele sunt foarte aglomerate, ia-o pe scări!

• Zâmbeşte-le străinilor în mijloacele de transport în comun, dar nu insista să faci conversație, dacă nu pare oportun!

• Cedează locul în mijloacele de transport în comun celor care au mai multă nevoie ca tine să stea jos.

În maşină: idei principale

• Fii la curent cu codul rutier, inclusiv cu prevederile privind modul în care să te comporți atent când ești pe drum!

• Rămâi calm când constați că alții șofează prost! Claxonatul ar trebui folosit doar ca avertisment şi niciodată ca descărcare a furiei la volan.

• Nu se cuvine să aruncăm gunoiul pe geamul mașinii aflate în mişcare, nici măcar când e vorba de ceva biodegradabil.

• Pe durata călătoriei, muzica ar trebui să respecte gusturile tuturor pasagerilor din maşină.

• Ca pasager, dă cât mai puține indicații și abține-te de la comentarii privind modul în care conduce șoferul!

Ponturi generale

• Când nu ştii sigur dacă să laşi sau nu bacşiş, lasă!

• Lasă toaleta în starea în care ai găsit-o!

• Când oamenii vor să discute cu tine, scoate-ți căștile din urechi!

• Nu te băga în față la cozi!

• Nu înjura în public!

• Foloseşte din plin expresiile „te rog“, „mulțumesc“ şi „îmi pare rău“.

• În baruri, fă mereu cinste când îți vine rândul!

• Fii punctual!

• *Fă complimente cu onestitate şi primeşte-le cu modestie!*

10: Ai zece minute?

Pentru a fi curtenitor, trebuie să exersezi zilnic. Iată o analiză legată de zece dileme din vremurile moderne. Nu uita de soluțiile de mai jos, data viitoare când te confrunți cu situațiile descrise.

Vă întâlniți pentru prima dată: dați mâna sau vă sărutați pe obraz?

O bună primă regulă, aici, este să faci la fel ca aceia pe care îi vezi în jurul vostru. În general, bărbații ar trebui să dea mâna la primele două întâlniri şi apoi să evite cu totul ritualul. Întinde mâna unei doamne şi aşteaptă să vezi dacă se apleacă pentru un sărut pe obraz. În cazul femeilor, unele sunt de acord cu practica sărutatului pe obraz încă de la bun început. Cu toate acestea, ține minte că săruturile prin care nu-l atingi deloc pe celălalt sunt, mereu, puțin prea impersonale, ca să fie considerate prietenoase.

La o petrecere: cum scap de o persoană/ cum ies dintr-o conversație?

Încearcă, din răsputeri, să nu laşi pe nimeni singur. Dar, dacă trebuie să pleci, fă-o în mod politicos: cere-ți iertare, motivează-ți plecarea şi apoi îndepărtează-te. Ca variantă, poți folosi o replică de genul: „Te-am monopolizat“ sau „Ți-am răpit suficient timp“, care pune, tacit, problema plictiselii pe seama ta.

Telefoanele mobile: trimiți un mesaj sau nu?

• Există probabilitatea ca mesajul să stârnească o reacție emoțională? Dacă da, sună! Mereu!

• Există probabilitatea ca apelul să întrerupă, fie pe tine, fie pe destinatar? Dacă da, trimite mesaj!

• E nevoie de mai mult decât un mesaj pentru a clarifica situația? Dacă da, sună!

• Există probabilitatea ca destinatarul să vrea să rețină informația pentru a o consulta ulterior (cum e cazul unor instrucțiuni)? Dacă da, scrie un mesaj!

Cină festivă: ce să gătesc?

Fă un preparat pe care crezi că invitații vor dori să îl consume, nu unul care să îți etaleze gusturile şi abilitățile culinare. De asemenea, găteşte ceva ce ai mai pregătit înainte. Nu este momentul potrivit să încerci un sufleu, dacă nu ai mai făcut unul până atunci. Gătește preparate care să presupună o agitație minimă între servirea felurilor de mâncare. Găteşte mereu mai mult decât crezi că va fi necesar. Dacă ştii că unul dintre invitații tăi are o alergie, modifică meniul, astfel încât să eviți folosirea ingredientului cu pricina. În caz de nereușită, gândește-te la un restaurant bun care face livrări la domiciliu.

La locul de muncă: trebuie să contribui la cheta pentru zile de naştere?

Dacă este vorba de o companie mare (peste 40 de persoane), atunci nu trebuie să contribui la fiecare chetă pentru zilele de naştere/venirea unui copil pe lume/un cadou de despărțire. Dacă nu cunoşti persoana cu pricina, nu trebuie să îți deschizi portofelul. Dar, dacă o cunoşti pe persoana în cauză îndeajuns de bine încât să o saluți, participă la chetă. Suma depinde de locul de muncă, aşa că încearcă să estimezi cota normală.

Propria înfățişare: ce înseamnă, mai exact, o ținută smart casual?

În cazul bărbaților, înseamnă că trebuie să afișezi un guler de orice fel, indiferent că este de la un tricou polo sau de la o cămaşă. Chiar dacă definiția pentru smart casual variază, în funcție de vârstă şi de ocazie, e mai sigur să porți niște pantofi (nu adidaşi sau sandale) şi o pereche de pantaloni lungi care să nu fie făcuți din denim. Nu purta cravată; un pulover (nu hanorac cu glugă!) sau un cardigan e suficient, iar, în rest, merge și o jachetă. Pentru femei se recomandă o rochie uşor mai elegantă, decât una casual. Evită, pur şi simplu, denimul, adidaşii şi hanoracele cu glugă.

La restaurant: cum aleg vinul?

Vechea regulă de a servi vin alb cu carne albă şi vin roşu cu carne roşie nu se mai aplică cu strictețe, aşa că alegerea vinului a devenit o

chestiune mai complexă în ultimii ani. Simte-te liber să delegi această responsabilitate sau să ceri ajutorul ospătarului însărcinat cu servirea vinului. Dacă persoanele de la masa ta comandă feluri de mâncare diferite, ia în calcul varianta de a comanda vin la pahar sau de a lua şi vin roşu şi vin alb. Dacă ai cunoştințe despre vin, hotărăște repede: nimănui nu îi place un om care turuie despre vinuri până la plictiseală.

În puburi/baruri: îmi dați…?

Fă mereu cinste când îți vine rândul! Dacă nu îți permiți să faci asta, nu îți permiți să fii acolo. Să faci cinste cu un rând de băuturi nu este doar o chestiune de a rămâne fără bani, ci presupune şi efort. Cel care face cinste trebuie să se „lupte“ cu cozile de la bar şi să facă şi pe ospătarul. Nu striga, nu fluiera și nu gesticula nebunește spre barman, ca să îi ceri să te servească. Gesturile prin care cauți să atragi atenția trebuie să se limiteze la ridicatul mâinii, nu mai sus de umeri, la contact vizual şi, poate, ridicat din sprâncene. Poți ține banii în mână, pentru ca personalul de la bar să îi vadă clar, dar nu îi flutura: eşti într-un bar, nu într-un club de striptease!

Când o persoană îşi dezvăluie orientarea sexuală: cum reacționez?

Când te abordează o persoană homosexuală, este important cum reacționezi în situația cu pricina. Cuvinte precum: „Eşti sigur?“ nu ar trebui să ți se desprindă de pe buze. Bineînțeles că e sigur! Nu te grăbi să pui întrebări dificile, cum ar fi cele legate de religie, de planurile respectivului om de-a avea copii sau cele legate de faptul de a-i fi spus adevărul familiei sale. Dacă o îmbrățişai și înainte pe persoana în cauză, fă-o şi acum, străduindu-te mai mult să menții o legătură bună cu ea în primele câteva luni de la declararea orientării sexuale.

Relații: cum evit un flirt?

Dacă flirtează cineva cu tine, fii drăguț, pentru că a avut nevoie de curaj ca să te abordeze. Dacă trebuie, minte şi spune că îți pare rău (minciună), că e genial (minciună) şi că, în alte circumstanțe, ai fi fost dispus (minciună), dar că, momentan, eşti într-o relație cu cineva (minciună, minciună, minciună), sau că tocmai te-ai despărțit de cineva (minciună), sau că, pur şi simplu, nu cauți să ai pe cineva în viața ta, pentru o vreme (minciună). Fii politicos, în timp ce îți exprimi clar sentimentele. Dacă eşti refuzat de cineva, prinde-te de aluzie. Adună-te, spune: „Ce păcat!“ şi întoarce-te la prietenii care sunt încântați de compania ta.

Introducere

Nu mai este suficient să aşterni o haină peste o baltă, pentru ca o doamnă să treacă fără să se ude la picioare, sau ca o femeie să ştie direcția şi unghiul corecte în care să îşi încrucişeze picioarele. În actualul câmp minat al bloggingului, al relațiilor amoroase la birou şi al tertipurilor care le-ar face pe bunicile noastre să roşească, un manual al finețurilor sociale este necesar și ar fi trebuit actualizat de multă vreme.

Lumea occidentală este caracterizată de o expresivitate fără precedent şi de o lipsă de formalitate aproape forțată. Totuşi, acest lucru nu îi scuteşte, în sine, pe oameni de practicarea bunelor maniere şi a etichetei. De fapt, este chiar dezirabil în acest context: manierele sunt mereu remarcabile şi impresionante într-o companie în care nu sunt folosite în mod obişnuit. În plus, numărul mare al oamenilor atrage după sine un catalog de aspecte sexuale, fetişuri, obiceiuri gastronomice şi situații de viață şi, aparent, de oportunități nelimitate prin care să ofensezi personal pe cineva.

Și, ca și cum lucrurile nu erau și-așa rele, dezvoltarea bruscă şi rapidă a tehnologiei face ca bloggerul de zi cu zi să nu aibă un cod consacrat de netichetă (sau etichetă pe internet). Din păcate, iPod-ul nu are și iManiere incluse. Telefoanele mobile sunt esențiale, dar când este inadecvat să trimitem mesaje, în loc să vorbim?

Majoritatea cred că ştiu cum să se poarte. Fii drăguț şi nu jefui bătrânele, nu lovi pisoiaşi şi nu da vânturi în spații închise. Dar aceste reguli sunt simple. Ce faci cu bețişoarele pentru mâncat, când ai terminat mâncarea? Este în regulă să trimiți un mesaj de mulțumire formal prin e-mail sau chiar pe chat? Unii ar spune că astfel de întrebări indică declinul societății civilizate, în timp ce alții consideră că manierele şi eticheta se schimbă odată cu tehnologia care evoluează,

odată cu aşteptările societăţii. Pot să existe ocazii în care este imposibil să mulțumeşti pe toată lumea, iar această carte standardizează eticheta la modă acum şi manierele moderne, oferind o bază care, acolo unde se poate, tinde să fie inofensivă pentru majoritatea persoanelor, la începutul secolului XXI.

Etica şi eticheta sunt deseori confundate şi, în mare măsură, se întrepătrund. Eticheta este deseori inclusă în etică, semnalând respectul. Cu toate acestea, există o diferență evidentă între cele două: una se referă la bunătate, iar cealaltă, la aparență. Faptul că înveți lucruri din această carte n-o să te împiedice să te dedai la răutăţi şi la diverse vicii, dar este, cu siguranță, un punct de pornire bun.

În următoarele capitole vei găsi sfaturi despre mai multe subiecte, printre care: cum să faci o primă impresie bună; cum să te înțelegi bine cu colegii de muncă; cum să locuieşti fără probleme în aceeaşi casă cu altcineva; reguli de etichetă privind tehnologia modernă, legate de trimiterea de e-mailuri şi de mesaje, precum şi reguli privind întâlnirile amoroase şi faptul de a fi o gazdă bună, ca să numim doar câteva aspecte.

Ar trebui, însă, să ne amintim că eticheta modernă nu presupune reguli rigide. Practicarea regulată a etichetei moderne este doar un cadru pentru cei care încearcă să fie atenți şi politicoşi, fără a fi nevoiți să crească efortul creativ de a inventa, de fiecare dată, propria metodă în acest scop. Este varianta leneşă de a fi politicos cu desăvârşire.

1. Prezentări

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să faci prezentări;

• cum să gestionezi situația atunci când uiți numele cuiva;

• cum să strângi mâna sau să săruți pe cineva pe obraz;

• cum să interacționezi.

Valoarea unei prezentări bune

Eşti la marginea mulțimii. Te îndrepți lin, aproape plutind, înspre singura persoană pe care o ştii, iar aceasta se întoarce să te salute, fericită. După care continuă cu gluma/ povestea/ bârfa/ conversația fără rost şi plictisitoare pe care ai întrerupt-o tu la sosire. Nu eşti prezentat. Grupul îți aruncă priviri curioase, dar, din nefericire, în lipsa unei prezentări, abia de exişti; eşti la fel ca restul obiectelor din încăpere, la fel ca acel candelabru frumos care atârnă din tavan (asta

dacă eşti binecuvântat cu o înfățişare frumoasă) sau ca o carpetă ornamentală (în caz contrar). Dacă ai fi fost prezentat așa cum se cuvine, ai fi putut străluci şi ai fi putut să te alături grupului, zicând ceva grozav despre trafic sau poate ai fi avut curaj să începi chiar cu gluma aceea cu mătuşa-cămila-preotul, pe care țineai morțiş să o spui. Dar, din nefericire, nu e dat să fie.

Importanța prezentărilor nu se reduce doar la divulgarea numelui. Nimănui nu îi pasă cum te cheamă, de fapt, decât dacă este un nume foarte neobişnuit, caz în care ar putea fi folosit ca punct de pornire al unei conversații. Majoritatea, oricât de nepoliticos este, îl vor uita aproape instantaneu. În cea mai elementară formă a ei, prezentarea este metoda acceptată prin care cel care face prezentările, cel care îi cunoaşte pe cei doi oameni cărora le face cunoştință, garantează pentru caracterul celor doi în urma faptului că îi cunoaşte deja. Nivelul de entuziasm dovedit de cel care face prezentările indică relația dintre acesta şi nou-venit, deci, dacă tu eşti cel care se înhamă la această sarcină, asumă-ți-o cu entuziasm! Nou-venitul va fi încântat că ai o părere aşa de bună despre el, iar persoana căreia i-l prezinți va crede, numaidecât, că persoana cu care i se face cunoştință este demnă de timpul şi de abilitățile sale conversaționale.

Când „cel care face prezentările“ uită să facă prezentările

Ocazional, intermediarul uită să facă prezentările. În cazul acesta, dacă eşti prieten cu el, cel mai amabil ar fi să îl forțezi cu voce tare şi pe un ton glumeț să îl prezinte pe nou-venit. În momentul acesta, intermediarul ar trebui să îşi ceară, categoric, scuze pentru comportarea lui urâtă şi să depună un efort considerabil pentru a-l include în conversație.

Observaţie

Nu insista ca acela care face prezentările să spună numele persoanei care s-a alăturat grupului. Poate nu-l ştie exact. În schimb, întinde voios mâna şi spune: „Bună, eu sunt [numele tău]!“

Cum să prezinți pe cineva

Atunci când prezinți pe cineva, nivelul formalizării depinde, în mod inevitabil, de circumstanțele în care au loc prezentările. Cu toate acestea, câteva reguli generale se pot aplica în orice situație.

Atunci când faci prezentările, încearcă să nu mormăi şi să nu îți întorci privirea. Laşi impresia că eşti neinteresat şi se aude mai greu ce spui.

Momentul ales este important. Aşteaptă prima pauză oportună ca să prezinți pe cineva. Fără doar şi poate, opreşte-te din a vorbi cu celălalt, când faci asta. De fapt, dacă nu eşti pe punctul de a spune sfârşitul scurt şi decisiv al unei glume foarte lungi, poţi face numaidecât onorurile, asta lăsând impresia că eşti atât de încântat să îl prezinți pe nou-sosit, încât ocazia cu pricina eclipsează orice punct de vedere banal pe care te chinuiai să îl expui. Conversația încetineşte, oricum, în mod firesc când se include o prezentare; în caz contrar, însă, încearcă să nu-l întrerupi pe celălalt pentru a face prezentările. Aşteaptă, în schimb, un moment de respiro şi apoi intervino cu încredere: „Îl ştiți pe John Smith?“

Actualmente, se foloseşte, în mod obişnuit, fie doar prenumele, fie și prenumele şi numele de familie, când se fac prezentările. Este acceptabil, dar, în contexte formale sau atunci când prezentăm pe cineva mai în vârstă, este înțelept să îi menţionăm ca domnul/ doamna/ domnişoara Smith şi să o lăsăm pe persoana prezentată să ajusteze adresarea după cum preferă. Dacă ai îndoieli, optează mai degrabă pentru formalitate şi fă-o cu încredere. Mai bine să fii mai strict, decât să pari nepoliticos.

Observaţie

Când te prezinți singur în situații personale, foloseşte-ți doar prenumele, dând câteva detalii legate de prezenţa ta la evenimentul cu pricina. În contexte de afaceri, foloseşte-ți prenumele, numele de familie şi numele companiei la care lucrezi. Omite funcția pe care o deții, întrucât sună ridicol, dacă ai o funcție neînsemnată, şi sună pompos, dacă ai o funcție importantă.

Persoanele căsătorite ar trebui prezentate individual. Reține, însă, că uneori femeile căsătorite aleg să îşi păstreze numele de familie, caz în care este de apreciat să adaugi „soția lui John“ sau „soțul lui Jane“, după numele fiecăruia. Când prezinți o familie sau niște prieteni apropiați, încearcă să specifici legătura dintre voi, de exemplu: „Anna, ai cunoscut-o pe sora mea, Rachel?“

În mod tradițional, în primul rând bărbații sunt prezentați femeilor, apoi cei mai tineri, celor mai în vârstă. (Dacă A îi este prezentat lui B, numele lui A este rostit al doilea în cadrul prezentării, de exemplu: „B, îmi face plăcere să ți-l prezint pe A“). Din punct de vedere social, în cadru formal sau dacă este vorba de cineva mai în vârstă, oamenii au tendința să se țină aproximativ de această regulă. Totuşi, în ziua de azi prezentările se fac, în mare, ca între două persoane cu statut egal, chiar

dacă asta e mai mult de formă; nu se ţine cont de vârstă sau de gen. Pentru eticheta prezentărilor în mediul de afaceri, vezi pagina 56.

Fă tot posibilul să ții minte numele! Nimănui nu îi place să constate că l-ai uitat, chiar dacă aţi interacţionat doar preț de trei secunde pe când erai beat criță, cu cinci ani în urmă. Dacă el îşi aminteşte de tine, e jignitor ca tu să nu îți aminteşti de el. Dacă ți se întâmplă să uiţi des, instruieşte-ți partenerii şi prietenii să recunoască momentele tale de stânjeneală, folosind, de exemplu, un cuvânt-cheie, pentru ca ei să-ţi poată sări în ajutor, prezentându-se singuri şi forțându-l pe celălalt să se prezinte la rândul lui singur. Dacă tactica dă greş, mergi la ghici. Dacă trebuie să prezinți pe cineva al cărui nume nu îl ştii, adoptă un entuziasm moderat, în caz că eşti prins cu mâța în sac, şi înfruntă situaţia direct: „L-ați cunoscut pe [nume]". Dacă greșești, prefă-te că suferi de senilitate timpurie, că eşti bolnav sau că ai avut o zi traumatizantă la dentist, la serviciu sau acasă. Dacă nu îți aminteşti nici unul dintre numele celor doi ca să faci prezentările, abandonează discuţia chiar înainte de a trebui să faci prezentările.

De asemenea, ar fi bine să aminteşti ceva despre persoana pe care o prezinți, care să constituie un punct de pornire pentru o conversație între cei doi. S-ar putea ca acest lucru să ajute şi în cazul în care te-ai blocat şi nu îți aduci aminte numele. Aproape orice merge: hobby-urile pe care le are, unde locuieşte, cu ce se ocupă, pe cine cunoaşte sau dacă a ajuns cu greu la eveniment.

Oamenii trag concluzii unii despre ceilalți din primele câteva secunde ale întâlnirii. Bineînțeles, primele impresii se pot schimba în timp şi după interacţiuni de durată și, totuși, dacă prima ta impresie nu este pozitivă, este puţin probabil ca relaţia dintre voi să beneficieze de timpul şi de interacţiunile necesare pentru a-ți schimba părerea ulterior. Ridică-te de jos, fii conştient de postura ta, stabileşte un bun contact vizual şi zâmbeşte! Reacţionând astfel, îi dai celeilalte persoane impresia că eşti interesat de ea, că eşti dispus să o primeşti alături de tine sau să i te alături în conversație şi că o consideri egala ta. Toate acestea constituie bune maniere.

Strângere de mână sau sărut pe obraz?

În funcție de circumstanțe, merge fie un sărut, fie o strângere de mână. Ultimul, însă, impune contactul cu firele de păr și dă impresia unei formalități forțate. Abilitățile de observație bune şi reflexele rapide sunt singurele metode care nu dau greş, dar, din punct de vedere social, există câteva principii directoare, menționate mai jos.

Când se salută bărbații între ei, ar trebui să dea mâna la primele două întâlniri, după care să evite cu totul acest ritual. Dacă sunt implicate femei, salutul ar trebui să ia forma unei strângeri de mână la prima întâlnire şi apoi a unui sărut pe obraz, la orice întâlnire ulterioară: o dată sau de două ori, după preferințe.

Există culturi atât de diverse, chiar şi în cadrul aceleiaşi țări, încât este aproape imposibil să o nimereşti de fiecare dată şi, chiar dacă ai face-o, s-ar putea ca persoana cu pricina să îşi fi ajustat obiceiurile regionale sau naționale astfel încât să se potrivească cu ale tale. Totuşi, sărutul în aer este un gest puțin prea impersonal ca să fie considerat amical, aşa că nu omite contactul!

Bărbații nu ar trebui să insiste asupra unui sărut pe obraz la prima întrevedere. Întinde mâna, pentru o strângere de mână, şi permite-i doamnei să se apropie, pentru un sărut pe obraz, dacă alege varianta asta. În unele circumstanțe, femeile acceptă sărutul pe obraz de la bun început. Singura regulă reală este să nu te simți ofensat, dacă nu are câștig de cauză ideea ta referitoare la ceea ce înseamnă un salut potrivit. Spațiul personal este ceva subiectiv, iar unele cercuri imaginare sunt mai mici ca altele. Ține minte acest lucru şi evaluează situația în consecință.

În grupuri sau în situații necunoscute, este mereu recomandabil să imiți acțiunile celorlalți. Manierele şi eticheta moderne presupun faptul

de a te adapta şi de a nu face o scenă. Observă dacă lumea din grup îşi strânge mâna sau se sărută pe obraz şi pregăteşte-te să fii tratat la fel.

Cum să execuți strângerea de mână perfectă

Numeroşi oameni cred că strângerile de mână sunt un indicator al personalității. Un gest agresiv sau prea ferm face să fii etichetat ca un om dur; întinde mâna fără vlagă şi vei fi considerat slab; ţine mâna prea mult timp într-a ta şi rişti să pari enervant şi lipicios. Bineînțeles, strânge mâna frumos, normal, şi oamenii se vor aştepta să fii, ei bine, normal. Pentru o strângere de mână normală:

1. Asigură-te că nu ai palmele transpirate (şterge-le rapid înainte să dai mâna, dacă este nevoie).

2. Stai cu faţa la cel cu care dai mâna.

3. Foloseşte mâna dreaptă (exceptând situaţiile în care nu există această mână dreaptă).

4. Membrana palmară dintre degetul mare şi arătător ar trebui să atingă aceeaşi parte a mâinii celeilalte persoane (vezi figura 1.1).

5. Execută strângerea cu o presiune asemănătoare celei cu care ai apuca o cutie goală de cola fără s-o îndoi.

6. Scutură mâna celuilalt de maximum trei ori.

7. Zâmbeşte pe tot parcursul executării gestului.

Dacă un om îți strânge mâna într-un mod neobișnuit, încearcă să nu faci o grimasă. Dacă o persoană pare că vrea să prelungească momentul mai mult decât te aştepți, nu retrage mâna înainte, ci aşteaptă până îi dă drumul celălalt, în mod firesc.

Figura 1.1. Membrana palmară dintre degetul mare şi arătător ar trebui să atingă aceeaşi parte a mâinii celeilalte persoane.

Observație

Aşteaptă! Încearcă să nu întrerupi un om complet angrenat în conversaţie, pentru a da mâna cu el. Când întâlneşti pe cineva pentru prima dată, să dai mâna cu persoana respectivă este o ocazie bună de a te prezenta.

Evenimente de socializare

În cele mai groaznice situații, la evenimente de socializare foarte serioase, sunt adesea aduşi responsabili cu relațiile publice special pentru a face prezentările. Totuşi, aceştia au limitele lor şi sunt ocupați. Prezintă-te singur cât mai multor oameni cu putință! Pentru asta ești acolo. Strânge mâini şi împarte cărți de vizită, dacă ai, la începutul conversației, să știe lumea cum te numeşti. Nu te teme de nimeni şi nu omite puterea ecusonului! Ai fost invitat la evenimentul cu pricina, deci locul tău este, fără doar și poate, acolo!

Observație

Ia multe cărți de vizită la tine când participi la evenimente de socializare. Oferă câte una imediat ce cunoşti pe cineva nou. Când accepți cartea de vizită a altcuiva, citeşte-i cu atenție numele şi încearcă să îl rostești cât mai curând posibil, deoarece asta te va ajuta să ți-l aminteşti mai târziu.

Nu te simți insultat atunci când persoana cu care vorbeşti se scuză scurt şi tăios şi se întoarce, pentru a se prezenta altcuiva. Şi ea tot

pentru asta a venit acolo. La un eveniment social, însă, de departe cea mai bună metodă de a ieşi dintr-o conversație este să o prezinți pe persoana cu care vorbeşti cuiva cunoscut ție, după care să dezertezi de acolo. Spre deosebire de petrecerile sociale, la evenimentele de socializare este acceptabil să laşi pe cineva singur, dar nu este frumos să o faci fără motiv. Deci, înainte să te duci la eveniment, gândeşte-te la nişte comentarii bune de despărțire, ca: „Îmi pare aşa de rău, dar trebuie să merg la toaletă!“ sau „Mă duc să îmi mai umplu o dată paharul“ sau „Tocmai l-am văzut pe [nume], trebuie să vorbesc numaidecât ceva cu el, înainte să plece“ sau chiar „Te-am reținut prea mult timp cu această ocazie; sunt şi alții cu care trebuie să te întâlneşti“. Fă neîntârziat ceea ce ai spus că vei face când te-ai scuzat sau ieşi, cel puțin, din câmpul vizual al persoanei de lângă care ai plecat, înainte să te întorci să vorbeşti cu altcineva.

Observație

După evenimentele de socializare, notează pe spatele fiecărei cărți de vizită cât mai multe lucruri pe care ți le amintești despre posesorul ei, ca să te ajute să știi câte ceva despre el în cazul în care acesta va păstra legătura cu tine.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Fă-le mereu cunoştință celor care nu se cunosc, chiar dacă nici tu nu îi cunoşti bine.

2. Optează, mai degrabă, pentru formalitate, atunci când le spui numele.

3. Când dai mâna cu cineva, stai cu faţa spre el şi întinde mâna dreaptă.

4. Când interacţionezi cu cineva sărutându-l pe obraz, încearcă să vă atingeţi obrajii între ei sau să vi se atingă buzele de obraji. Lipsa oricărui contact, în acest sens, este semn de aroganță.

5. Nu monopoliza timpul unei persoane la evenimentele de socializare!

6. Încearcă să faci prezentările folosindu-te de un comentariu ce poate servi drept punct de pornire pentru o conversație între cei doi.

7. Încurajează-i pe ceilalţi să facă prezentările!

8. Prezentările au menirea de a include pe cineva în conversație.

9. Menține contactul vizual atât cu cel pe care îl prezinți, cât şi cu grupul, atunci când faci prezentările.

10. Nu fi ofensat că nu e respectată ideea ta referitoare la ceea ce înseamnă un salut potrivit.

2. Arta de a face conversație

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să alegi un subiect de conversație;

• cum să răspunzi la întrebarea „Ce mai faci?“;

• cum să te sustragi politicos de la o discuție.

Subiecte de conversație adecvate

Să sperăm că, pe durata prezentării, îți va fi pus la dispoziție un subiect de conversație firesc. Dacă nu, va trebui să inițiezi chiar tu discuția.

Pentru început, pune întrebări. Majoritatea oamenilor, prin prisma autorității lor asupra unei chestiuni, găsesc că e cel mai ușor să vorbească despre experiențele lor și despre ei înșiși. Ai grijă la întrebările prea personale, care privesc starea de sănătate sau problemele de relație, și fă referire mai degrabă la locurile în care a fost persoana cu pricina sau la echipa de fotbal cu care ține. Deja aveți ceva în comun prin faptul că vă aflați în același loc, cu aceiași oameni, deci, dacă te împotmolești, fă, pur și simplu, o remarcă despre împrejurimi

şi întreabă-l pe celălalt dacă este de acord cu tine. Sau cum de le cunoaşte pe gazde. O alternativă ar fi să aduci în discuţie un lucru pe care îl admiri la persoana respectivă, să o complimentezi pentru el şi să ceri detalii.

Observaţie

Atunci când se poate, află câteva informații în prealabil despre cei cu care ştii că te vei întâlni. Va fi mai uşor să găseşti subiecte de conversație interesante, dacă ai deja o idee despre ce găsește interesant cealaltă persoană sau despre ce lucrează ea în prezent.

Încearcă să dai conversației un ton care să fie în concordanță cu atmosfera evenimentului. Dacă este un cadru mai serios, nu vorbi despre aventura ta din seara anterioară. Dacă este un cadru mai festiv, nu deprima atmosfera discutând despre temerile tale cum că te-ar înşela soția.

Dacă ești în mijlocul unui grup, încearcă să nu te concentrezi pe un subiect de conversație care va fi interesant doar pentru câțiva membri. De exemplu, când vorbeşti cu un coleg sau cu o colegă de serviciu care este însoțit(ă) de soție, respectiv de soț, nu aduce în discuţie detalii de afaceri care nu pot fi urmărite de ei, nefiind interesante.

Dacă, pe durata conversației, nimereşti un subiect care este evident că face cel puțin o persoană din grup să nu se simtă bine, schimbă imediat subiectul şi revino la altele mai sigure, cum ar fi sportul, ştirile, împrejurimile, oraşul sau un film ori un program de televiziune. Lista cu subiecte sigure este nesfârşită, iar cea cu subiecte potenţial riscante este destul de scurtă.

Observaţie

Informează-te cu privire la evenimentele actuale! Ştirile sunt uşor de discutat, întrucât, prin natura lor, sunt fie remarcabile, fie subiecte care generează dezbateri.

Încearcă să eviți subiectele legate de:

• Bani. Vorbitul despre bani tinde să îi facă pe toți să se simtă nelalocul lor, deoarece îi face să se gândească la cât de mult sau de puțin au, iar persoana care vorbeşte despre bani va părea obsedată de ei: o calitate deloc atrăgătoare. Nu întreba niciodată cât câştigă cineva, nici nu împărtăși voluntar salariul tău, ca să fie analizat. Întreabă-i doar pe prieteni în privat, dacă serveşte unui anumit scop, cum ar fi să îți dai seama dacă eşti plătit prea puțin. Nu vorbi despre situația financiară a altora sau despre a da ori a lua cu împrumut. În majoritatea conversațiilor, banii sunt doar un detaliu descriptiv care poate fi omis. Străduieşte-te să respecți asta!

• Sex. Chiar dacă numeroşi oameni, cu precădere din generația mai tânără, se simt liberi să discute despre sex în public, sunt multe persoane care vor considera o discuție pe această temă ca fiind grosolană. Întrucât este o chestiune atât de privată, s-ar putea ca ceea ce tu consideri normal altuia să i se pară respingător, şi viceversa. Pe lângă evitarea subiectului în sine, este înțelept să eviți şi subiectul adulterului (indiferent că este vorba despre tine sau despre terțe părți), întrucât nu ai nici cea mai vagă idee ce intenții au cei care te ascultă sau cine pe cine cunoaşte.

• Operații recente sau probleme de sănătate. Sunt foarte puțini oameni în lume care să fie interesați cu adevărat de procedura chirurgicală de îndepărtare a unghiei tale încarnate de la picior. Aşa cum nu există nici oameni cu dorința stringentă să afle care au fost simptomele celei mai recente gripe prin care ai trecut. Indiferent de boală, ai şanse mari ca partenerul de conversație să nu se mai atingă de mâncare toată ziua, dacă vei continua în această direcție. Dacă, în ultima vreme, ai fost bolnav și lumea știe asta, răspunde la întrebările referitoare la sănătatea ta cu comentarii pozitive, cum ar fi: „Nu mi-a fost foarte bine în ultima vreme, dar sunt convins că sunt în curs de însănătoşire acum".

Fii cu băgare de seamă când discuți despre:

• Politică. Oricât de distractive ar fi dezbaterile aprinse, este înțelept să îți aduci aminte că votul este secret în mod intenționat; așadar, în spiritul acestui lucru, s-ar putea ca unii să nu fie dispuşi să dezvăluie de ce parte a baricadei politice se află. Aceşti oameni sunt foarte conştienți că, atunci când te declari adept devotat al unui anumit partid politic, dezvălui multe lucruri despre tine, întrucât modul tău de a gândi, cel mai probabil, îți va oglindi votul. În plus, s-ar putea să ofere indicii asupra felului în care ai fost crescut – informații personale pe care s-ar putea să preferi să nu le împărtăşeşti. Ține minte această reticență şi nu uita că, deşi sunt persoane care îşi apără în mod feroce punctul de vedere politic, alții vor considera asemenea confruntări ca fiind dezgustătoare.

• Dacă eşti ahtiat după dezbateri intelectuale, mai bine le practici cu prieteni apropiați, care sunt conştienți că este doar o dezbatere, mai degrabă decât o judecată la adresa caracterului celorlalți. Cu toate acestea, în compania cuiva cu care eşti mai puțin familiarizat, să vorbeşti despre partide politice este, pur şi simplu, prea personal pentru o flecăreală politicoasă în timpul unei petreceri.

• Religie. Pe parcursul vieții cel mai probabil că vei întâlni o gamă diversă de persoane, de la unele hotărâte să îți spună totul despre religia lor, până la unele care vor să țină cărțile de tarot aproape de piept. Religia i-a determinat pe unii oameni să facă lucruri foarte bune şi pe alții să facă lucruri foarte rele. Credința este o chestiune extrem de complicată şi a contesta credința unei persoane cel mai probabil că va părea mai degrabă o batjocură sau un atac, decât interes pur. Pentru cei care izbutesc, într-adevăr, să formuleze întrebările de asemenea manieră încât să exprime mai degrabă interes, decât condamnare, ține minte că s-ar putea ca persoana cu pricina să considere obositor rolul de purtător de cuvânt neales al credinței lor, cu precădere dacă aceasta a fost recent supusă unui examen minuțios din partea presei. Uită-te după semne că cealaltă persoană ar putea dori să schimbe subiectul şi acționează în consecință.

Cum răspundem la întrebarea „Ce mai faci?“

Această întrebare se adresează din amabilitate. Nu este o întrebare care să solicite un răspuns atent. Răspunsul: „Bine, dar tu ce mai faci?“ ar trebui să fie deja reflex. Nu îi spune celeilalte persoane despre divorțul tău iminent, despre problemele de sănătate sau despre chestiunile controversate de la locul de muncă. Dacă, într-adevăr, ai avut vreo dificultate, spune: „Nu sunt aşa grozav în ultima vreme, dar acum lucrurile încep să intre pe făgaşul lor normal“ şi aşteaptă ca persoana cealaltă să te impulsioneze să oferi detalii, în cazul în care chiar îşi doreşte să afle mai multe. Dacă toate lucrurile chiar merg ca pe roate în viața ta şi vrei să discuți despre o chestiune pozitivă, fă-o pe scurt, altminteri bucuria ta poate fi luată ca răutate. Dacă ai copii, fii conştient de faptul că un monolog mai lung de două minute despre meritele şi necazurile lor este, de asemenea, puțin probabil să îți aducă prieteni. În ultimul rând, dar nu cel mai puțin important, trebuie să întrebi la rândul tău „Ce mai faci?“ în interval de câteva minute.

Excepție: prietenii

Bineînțeles, cele de mai sus sunt simple principii îndrumătoare pentru conversații purtate în public sau cu străini ori cu persoane cunoscute recent. În privat, cu prietenii apropiați (sau cu terapeutul), nu există oprelişti. Ține de tine să hotărăşti subiectele despre care prietenii tăi se vor simți sau nu confortabil să vorbească, dar ține mereu minte, indiferent că ai de-a face cu apropiați sau cu străini, schimbă rapid subiectul dacă persoana cealaltă dă semne de emoții negative şi de disconfort referitoare la acel subiect.

Comentarii referitoare la o schimbare

Indiferent cât de apropiat eşti de o persoană, nu comenta niciodată despre schimbările fizice; mai puțin atunci când schimbarea este evident pozitivă şi când, cel mai probabil, este considerată astfel şi de persoana care a făcut-o.

Observație

Când ți se face un compliment, acceptă-l cu eleganță. Mulțumeşte!

Când te simți incomod legat de un anumit subiect de conversație

Poți refuza să răspunzi la anumite întrebări, dacă le consideri prea personale sau dacă ți-ar putea provoca o reacție emoțională negativă. Zâmbeşte şi spune, pur şi simplu: „Îmi pare rău, dar nu mă simt bine să răspund la asta“ sau „Nu comentez“, apoi schimbă subiectul, abordând unul mai sigur. Dacă, totuşi, te trezeşti ascultând un monolog plictisitor, va trebui să aştepți cel puțin zece minute până să te sustragi politicos de la conversația cu pricina. Dacă monologul ți se pare ofensiv, schimbă subiectul sau menţionează că nu îți place discuţia şi aşteaptă să ți se ceară scuze. Altfel, schimbă subiectul sau sustrage-te cât mai repede de la conversație.

Cum să echilibrezi conversația

Ține minte că o conversație este un joc pentru două sau mai multe persoane, nu ceva solo. Ascultă aşa cum se cuvine şi pune întrebări atente, relevante. Procedând astfel, te vei asigura că interlocutorul vorbeşte la fel de mult sau mai mult decât tine. Uită-te la persoana cu pricina şi păstrează contactul vizual; nu te uita în jur, ca să vezi dacă este cineva mai interesant sau mai arătos cu care să vorbeşti, şi nu te holba la podea sau la tavan.

Observaţie

Contactul vizual este important pentru conversație. Menține-l cât mai mult timp posibil, dându-i, astfel, de înțeles celeilalte persoane că eşti interesat de ce are de spus.

Cum să te sustragi de la o discuție

Fă tot posibilul să nu laşi pe nimeni singur. Cu toate acestea, în cazul în care conversația a devenit, într-adevăr, insuportabilă (lucru de care îți dai seama după ce ai vorbit cu o persoană timp de cel puțin zece minute) sau trebuie să pleci, fă-o în mod politicos. Cere-ți scuze, motivează-ți sustragerea de la conversație (prin faptul că trebuie să mergi la toaletă) şi apoi pune-te în mişcare, după ce ai dat în prealabil mâna cu persoana respectivă sau ai atins-o pe braț, ca să menții ideea unei apropieri proaspăt descoperite. Ca alternativă, foloseşte o replică de genul: „Te-am monopolizat destul“ sau „Ți-am răpit suficient din timp“, transferând, astfel, asupra ta vina insinuată în ceea ce priveşte plictiseala.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Adresează întrebări generale, cu final deschis, care îi conferă interlocutorului posibilitatea de a vorbi.

2. Dă conversației un ton care să fie în concordanță cu atmosfera evenimentului.

3. Concentrează-te pe subiecte interesante pentru întregul grup, și nu doar pentru câțiva.

4. Evită întrebările exagerat de personale în cadrul unui grup sau când vorbeşti cu un necunoscut.

5. Pentru siguranță, evită să vorbeşti despre bani, sex şi probleme de sănătate.

6. Încearcă să dai un ton pozitiv conversațiilor: concentrează-te pe partea bună a lucrurilor.

7. Fii precaut atunci când vorbeşti despre politică și religie.

8. Dacă un anumit subiect de discuție ți se pare jignitor, încearcă să îl schimbi, cel puțin de două ori, iar, dacă nu merge, fii sincer cu privire la asta!

9. Ascultă şi caută să te asiguri că persoana cu care discuți vorbeşte la fel de mult ca tine.

10. Încearcă să nu laşi pe nimeni singur: când se poate, fă-i cunoştință celuilalt cu o altă persoană înainte să te sustragi de la interacțiune.

3. Eticheta conversaţiilor la telefonul mobil

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să optezi, în funcție de situație, între vibrații, modul silențios sau sonor;

• cum să preiei un apel în public;

• cum să laşi un mesaj pe mesageria vocală;

• cum să decizi dacă trimiți un mesaj scris sau suni.

Telefoanele mobile se numără printre binecuvântările şi blestemele reale ale vieții moderne. Chiar şi minoritatea care respinge această formă de comunicare suferă şi beneficiază de pe urma răspândirii telefonului mobil în societate. Dispozitivul acesta care facilitează accesibilitatea serviciilor de urgență şi compania prietenilor, în timpul unei plimbări prin întuneric, spre casă, ne îndepărtează deseori de cei cu care împărțim efectiv spațiul fizic.

Când să preluăm un apel telefonic

Chiar dacă majoritatea utilizatorilor de telefoane mobile înțeleg acum că, în anumite circumstanțe, să răspunzi la telefon este o gafă socială egală cu smulsul părului de la subraț în public, suntem în continuare confuzi referitor la care circumstanțe anume ar stârni această indignare. În plus, diversele funcții de trimis mesaje scrise, e-mailuri, de apelare, modurile silențioase şi alegerea tonurilor de apel, toate complică această cursă cu obstacole a manierelor la telefon. A vibra sau a nu vibra, iată întrebarea vibrantă a zilei!

Bărbații care aşteaptă să le vină copilul pe lume vor fi mereu iertați pentru a fi răspuns la telefon când îi sună soțiile sau partenerele lor, iar doctorii de gardă sunt „prizonieri“ acceptați ai telefoanelor mobile. Există, deci, excepții şi, în plus, nici o listă de reguli nu poate concura cu atenția generală acordată sentimentelor altora. Gândeşte-te la cele de mai jos ca la un punct de pornire.

Tăcerea e de aur

• Când te afli în preajma altora, dacă nu îți poți închide telefonul, pune-l pe silențios şi/sau pe vibrații.

• În timpul ședințelor şi al conferințelor, pune telefonul pe mod silențios sau, preferabil, închide-l. Ține minte că, în mediile liniștite, vibrația se aude. Pentru unii, bâzâitul acela este la fel de enervant ca o invazie de albine ucigaşe. Nu lăsa niciodată telefonul mobil pe vibrații pe masă, căci e ca şi cum l-ai lăsa cu sonorul dat tare!

• Dacă nu poți ignora apelul, ieşi din încăpere ca să vorbeşti.

• La serviciu, ia-ți telefonul cu tine dacă pleci de la birou. Telefoanele mobile, chiar dacă sunt folosite pentru afaceri, sunt considerate proprietate personală, deci puțini colegi se vor aventura să răspundă la el sau să respingă un apel, nici după ce melodia „I will survive" răsună a şasea oară, în decurs de 15 minute.

În timpul ședințelor

• În cazul întâlnirilor mai restrânse, dacă aştepți un apel important, pentru care s-ar putea să fie nevoie să ieşi din încăpere în grabă, explică acest lucru, pe scurt, celorlalți şi cere-ți scuze la început, înainte să preiei apelul.

• În restaurante, telefoanele ar trebui închise sau, dacă nu se poate, puse pe vibrații, cu tonul de apel dezactivat. Ar trebui să ții telefonul în buzunar, nu pe masă. Din curtoazie pentru cei cu care eşti, nu primi apeluri și nu trimite mesaje scrise la masă. Dacă este absolut necesar s-o faci, ieşi din încăpere şi asigură-te că nu durează mult.

• Acordă-i atenție persoanei cu care eşti! În definitiv, persoana cu care eşti acum este mai importantă ca aceea de la celălalt capăt al telefonului. Dacă primeşti un apel în timpul unei conversații, redirecționează-l către mesageria vocală şi aşteaptă ca însoțitorul tău să termine ce are de spus despre istoria nasturilor sau despre ce ți-o fi vorbind el. Dacă este foarte probabil ca apelul să fie urgent sau ca apelantul să insiste, cere-i scuze persoanei cu care eşti (de preferat, printr-un comentariu prin care să

insinuezi că ai prefera să continui conversația voastră plăcută şi sclipitoare) şi preia apelul, dar scurtează convorbirea cât de mult, explicând că te afli în compania cuiva. Întreabă care e urgența şi spune că ai să suni înapoi, pentru a discuta mai detaliat. Odată încheiată discuția la telefon, cere-ți din nou scuze tuturor celor prezenți la masă.

În public

• Nu poți plăti fiind, în același timp, și politicos, articolele achiziționate de la magazin, în timp ce ții telefonul la ureche.

• Telefoanele au evoluat mult din zilele în care erau ca două pahare legate cu o sfoară. Telefoanele mobile fac să nu mai fie necesar să țipi. Microfoanele lor sunt remarcabil de sensibile, aşa că nu ridica vocea!

• Ideea fiecăruia de spațiu personal acustic diferă de la situație la situație. În locuri aglomerate, unde este dificil să distingi o anumită voce de sporovăiala de fundal, este acceptat ca un lucru firesc să vorbeşti mult la telefon, dacă este nevoie. În schimb, vorbitul cu voce tare într-un spațiu public restrâns, cum ar fi un ascensor sau un vagon de tren, nu este. Dacă se poate, în astfel de situații recurge la mesaje scrise.

• Nu te certa în public la telefon! Lasă impresia că te cerți cu tine însuți şi, dacă la celălalt capăt este o persoană deosebit de neînțelegătoare, efectul va fi şi mai ciudat.

• Căştile cu bluetooth par stupide, iar folosirea lor te face să pari nebun. Foloseşte-le la nevoie şi dă-le jos atunci când nu-ți mai trebuie. Cumpără un set handsfree, dacă vrei să foloseşti mobilul în timp ce conduci sau în timp ce mergi cu bicicleta. Este o încălcare a etichetei să ucizi oameni.

Locuri în care telefoanele mobile sunt interzise

Nu vorbi niciodată la telefon când eşti în ascensoare, biblioteci, muzee, restaurante, cimitire, teatre, săli de cinematograf, în sala de aşteptare din cabinetul dentistului sau al doctorului ori în locurile de închinăciune. Vorbeşte cât mai puțin şi cât mai încet în orice spațiu public închis, cum ar fi autobuzele şi trenurile. Ține minte că toți cei din tren ştiu deja că te afli acolo.

Dacă un om răspunde la un apel telefonic într-o zonă în care nu se permite folosirea telefonului mobil (identificată prin intermediul unui indicator amplasat foarte la vedere), explică-i politicos utilizatorului că trebuie să iasă afară ca să vorbească. S-ar putea ca acesta să nu fi observat indicatorul potrivit căruia telefoanele mobile sunt interzise în zona aceea.

Alte funcții ale telefonului

Dacă ai de gând să te joci pe telefonul mobil, opreşte sonorul pentru taste şi dezactivează sunetul. Cel mai mare punctaj al tău la Tetris e bine să rămână o realizare privată.

Respectă intimitatea celorlalți atunci când foloseşti camera de fotografiat a telefonului. Aceasta nu ar trebui folosită în nici unul

dintre locurile în care o cameră de fotografiat normală este considerată inadecvată, ca vestiarele sau toaletele. Cere permisiunea înainte de a fotografia pe cineva. Nu vei păcăli pe nimeni dacă te prefaci că foloseşti o funcție a telefonului, când, de fapt, tu fotografiezi. Ține minte că paparazzi sunt, deseori, pocniți.

Alege tonul de apel cu înțelepciune

Probabil că alegerea cea mai bună este un ton de apel care să sune precum un telefon fix. Chiar dacă este plictisitor, este cel mai puțin enervant, în caz că telefonul îți va suna în mod nepotrivit. Oricum, secvența de 15 secunde din Westlife nu-ți va creşte valoarea de stradă.

Eticheta în ceea ce priveşte mesageria vocală

Dacă efectuezi un apel îndeajuns de important încât să laşi, ulterior, și un mesaj, atunci explică în el de ce ai sunat şi semnează-te. „Sună-mă“ nu dă informații suficiente pentru ca persoana să estimeze gradul de urgență.

Telefonul nu este o armă

Nu trimite mesaje vocale, scrise sau cu imagini inadecvate, jignitoare ori amenințătoare. În afară de faptul că este ilegal să hărțuieşti pe

cineva astfel, pur şi simplu, nu este deloc un lucru frumos, nu-i aşa?

Chestiuni elementare privind telefoanele mobile

Deşi punctele de mai sus pot părea complicate, trebuie să reții doar câteva chestiuni elementare. Înainte de a te repezi la telefonul mobil în public, ține minte următoarele:

• Doar în circumstanțe excepționale lumea va fi distrusă dacă n-ai să răspunzi cumva la telefonul mobil exact în clipa în care se aude primul țârâit. În cazul în care apelantul sună să te avertizeze legat de o nenorocire şi de o distrugere iminentă, probabil că este suficient de înțelept încât să îți lase un mesaj dacă nu răspunzi.

• Oamenii isteți care au proiectat telefoanele au inventat butonul de oprire, modul silențios şi funcția de vibrații, pe care poți să le foloseşti.

• Telefonul tău mobil nu are puteri magice şi nu te poate pune pe silențios pentru lumea din jur, nici nu te poate împiedica să îi enervezi pe alții.

Să trimiți un mesaj sau să suni?

Există numeroase situații în care un mesaj scris este la fel de bine-venit ca un apel telefonic, dar, când se pune problema la care dintre ele să recurgi, ai în vedere următoarele, în ordinea descrescătoare a importanței lor:

• Mesajul poate să stârnească o reacție emoțională? Dacă da, atunci mai bine sună, întotdeauna.

• Posibil ca apelul să întrerupă pe cineva, fie că e vorba de tine sau de destinatar? Dacă da, trimite mesaj.

• E nevoie de mai multe mesaje, pentru a clarifica situația? Dacă da, sună.

• Poate că persoana cealaltă vrea să rețină informația, pentru a o consulta ulterior (când e vorba, de exemplu, despre instrucțiuni)? Dacă da, trimite mesaj.

Nu trimite mesaje scrise în timpul ședințelor sau al conferințelor: este ca și cum ai trimite bilețele în timpul orei. În plus, nu uita că vorbitorii se alarmează când sunt trimise astfel de mesaje, activând semnalul sonor tocmai când credeai că ai scăpat neprins trimițând mesajul acela scris abil cu o singură mână și aia ținută în buzunar.

De când s-a inventat şi s-a răspândit scrierea predictivă, nu mai este nevoie să scriem în vb-txt abreviată pentru o comunicare mai uşoară, întrucât este mult mai rapid să o folosim pe cea dintâi. Dacă, pur şi simplu, nu poți să renunți cu totul la cea din urmă, continuă să o foloseşti, dar rezumă-te la abrevieri de genul „npc“, „ms“, care sunt

evident cunoscute la scară largă, întrucât utilizarea excesivă a limbajului specific mesajelor scrise ar putea face ca vorbele tale să fie, în cel mai bun caz, greu de citit, iar, în cel mai rău caz, indescifrabile.

Observaţie

Este mai uşor să citeşti un mesaj scris decât să asculți unul lăsat în mesageria vocală. Dacă eşti redirecționat către mesageria vocală, scrie mai bine un mesaj, în situaţia în care ceea ce vrei să transmiți este îndeajuns de scurt şi dacă este adecvat pentru acest tip de comunicare.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Când eşti în preajma celorlalţi, închide telefonul sau pune-l pe vibrații.

2. Dacă primeşti un apel de neignorat, ieşi din încăpere ca să vorbeşti.

3. La serviciu, ia-ți telefonul cu tine când pleci de la birou.

4. Ține telefonul în buzunar pe vibrații, nu îl lăsa pe masă în restaurant.

5. De preferat, acordă atenţie totală persoanei în compania căreia te afli.

6. Nu vorbi tare!

7. Vorbeşte cât mai puțin şi cât mai încet în spațiile publice închise.

8. Gândeşte-te bine dacă este potrivit să scrii un mesaj, atunci când încerci să te hotărăşti dacă să trimiți unul sau să suni.

9. Asigură-te că mesajul tău este descifrabil, folosind doar abrevieri binecunoscute.

10. Respectă regula care interzice folosirea telefoanelor mobile în unele zone.

4. Eticheta la serviciu

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să te porți la birou;

• cum să te porți cu şeful tău;

• cum să te plângi de ceva la locul de muncă;

• cum să gestionezi o relație amoroasă la serviciu;

• cum să faci afaceri în afara țării.

Indiferent de ierarhia de putere a şefilor şi a angajaților, respectul impus prin utilizarea etichetei, mai degrabă decât prin linguşeală, va face mediul de lucru să fie mai armonios.

Întâmpinarea nou-veniților

Este datoria angajaţilor mai vechi să sugereze servirea prânzului sau a unei băuturi, pentru a facilita apropierea celui nou-sosit. Şi aceasta în decurs de maximum două săptămâni de la sosirea lui. S-ar putea ca nou-venitul să le dea de înțeles colegilor că îşi doreşte o astfel de întâlnire, dar nu e cazul să facă sugestii specifice, întrucât poate întrerupe, fără să ştie, un ritual şi implicit, fără voie, să provoace nemulțumire.

Prepararea cafelei

Datoriile pe care le vei avea, în ceea ce priveşte bucătăria, variază în funcție de locul de muncă. În unele părţi, fiecare este pe cont propriu; în altele, servirea cafelei este, cu strictețe, o activitate de grup. Aşteaptă o jumătate de zi şi ia seama la obiceiurile de la birou înainte să îți pregăteşti singur sau să le oferi altora o ceaşcă de cafea. Dacă la jobul tău nu se practică acest lucru, să te oferi să îi faci efectiv şefului tău o cafea va părea linguşeală. Puteai, la fel de bine, să îi anunți pe cei din birou că îți place să lingi pantofii stăpânului, arătând energic spre cei ai şefului pentru subliniere.

Relații amoroase la birou

Relația amoroasă la birou, nerecomandată, dar care apare vrând, nevrând, vine deseori însoțită de capcane care s-ar putea să te coste nu doar respectul colegilor tăi, ci şi locul de muncă. Cel mai bine ar fi, pur

şi simplu, să nu îți permiți o astfel de plăcere la locul de muncă, dar uneori poate fi prea tentantă.

Dacă trebuie neapărat să mergi pe această cale, alege-ți cu înțelepciune partenerul. Gândeşte-te că e ca şi când ai alege între locul tău de muncă şi persoana cu care vrei să ai o relație. Majoritatea relațiilor de la locul de muncă se sfârşesc la un moment dat cu lacrimi, iar cele două părţi implicate vor fi nevoite să gestioneze gama obişnuită de emoții prin care treci în astfel de situații, precum şi efectele negative rezultate în urma interdependenţei din cadrul relaţiei profesionale. Dacă ambii ați fi dispuşi să vă pierdeți locul de muncă sau să vă mutați la altă companie pentru a putea fi cu celălalt, urmați principiile de mai jos.

Dacă nu, reconsideraţi lucrurile.

• Acceptă faptul că ai colegi de muncă ce intuiesc, cumva, lucrurile, dar lasă-i mai bine cu bănuiala, decât cu certitudinea. Păstrează legătura amoroasă de la birou strict secretă şi discută cu partenerul tău despre importanța de a proceda astfel. Dacă aceasta evoluează și devine o relație mai serioasă, hotărâți de comun acord când să întrerupeți pactul secretului şi să spuneți totul colegilor.

• Poți să înmoi penița o singură dată în cerneala de la birou. Dacă prima relație de la job nu reuşeşte, iar cea mai mare dragoste a vieții tale intră, ulterior, tot pe ușa de la acel birou, nu prea ai ce să faci. Demisionează, dacă vrei să fiți împreună; orice altă variantă nu este corectă față de fostul tău partener de la birou.

• În orice caz, nu face cu partenerul tău la birou mai mult decât ai face cu un amic. Oricât de amuzantă sau de atrăgătoare ar fi perspectiva de a face sex pe birou sau de a vă săruta pe furiş lângă răcitorul de apă, cel mai

probabil veți fi văzuți şi consideraţi inoportuni, indiferent că sunteți căsătoriţi sau că este vorba doar de un flirt nesăbuit.

• Uitați de tentația de a trimite mesaje porcoase pe conturile de e-mail de la birou. Comunicarea pe e-mail e monitorizată de departamentele de IT ale companiei, iar, în majoritatea locurilor, replicile de acest gen pot duce și la concediere.

• Dacă îi frângi inima unui coleg într-un mod dureros şi de neiertat, cum ar fi prin infidelitate, ia în calcul varianta de a pleca din companie, pentru a-l scuti de durerea de a fi nevoit să te vadă zilnic.

Observaţie

Este inacceptabil să dai dovadă de orice preferință față de partenerul tău în viața profesională, în detrimentul celorlalți membri ai personalului.

Politică la birou

Din nou, cel mai bun sfat este să te fereşti sau să adopți deschis o politică de neutralitate. Cu toate acestea, dacă situația politică te implică în mod direct, ține minte să nu țipi, să nu loveşti sub centură şi să nu faci niciodată o scenă. Dacă este vorba despre o situație care ți-ar

putea afecta munca, solicită o şedință cu şeful tău direct, pentru a explica varianta ta. Nu te plânge și nu bârfi, oricât de tentant ar fi.

Dacă ai o plângere împotriva cuiva, cel mai bine este să tratezi direct cu respectivul. Cere-i să vorbiți în privat şi explică-i problema. Când simți că vei fi emotiv, trimite-i un e-mail în care să îi explici plângerea la adresa lui, solicitându-i un răspuns.

Detaşează-te emoțional de situație. Dacă eşti implicat într-o ceartă cu cineva şi simți că nu progresați, calmează-te preț de câteva ore, inspiră adânc şi scrie-i un e-mail, reafirmându-ți poziția în mod coerent şi lipsit de emoție. Reciteşte e-mailul şi apoi trimite-l. Dacă îți pierzi cumpătul, cere-ți mereu scuze pentru asta, chiar dacă ai dreptate în ceea ce priveşte cearta în sine.

Clienți

Clienții ar trebui să fie tratați cu acelaşi respect pe care îl arăți şefului tău. Oricât de prietenos ar fi, clientul are opțiunea să te refuze (pe tine şi afacerea ta). Fii precaut când te gândeşti, de exemplu, cum să i te adresezi.

În cazul prânzurilor cu clienții sau cu persoane de contact, cel care a lansat invitația ar trebui să plătească. FĂRĂ excepții! Dacă plăteşte însoțitorul tău, nu comanda niciodată cel mai scump lucru din meniu şi ia-te după el atunci când trebuie să te hotărăşti dacă să comanzi sau nu alcool. Discutați despre afaceri doar după ce ați terminat cu aperitivele.

Prime

Ca regulă generală, se consideră proastă creştere să vorbeşti despre bani. În ceea ce priveşte salariile şi primele, acest lucru este mai cu seamă adevărat atunci când porți discuții cu colegii tăi. În astfel de chestiuni, dacă eşti întrebat, pur şi simplu, din curiozitate, cât câștigi, poți să refuzi politicos să dezvălui suma. Pe de altă parte, dacă întrebarea are un scop care ți-a fost explicat și consideri că persoana cu pricina este un prieten discret şi nu ai nici un motiv să ții numărul magic secret, atunci spune-i, adăugând că insişti ca informația să nu fie transmisă mai departe.

Ziua în care se alocă primele este plină de gesturi nonverbale. Pentru a supraviețui acestei zile înspăimântătoare (cu precădere în cazurile în care primele reprezintă o mare parte din salariul anual), exersează-ți expresia de jucător de pocher. Dacă rezultatul a fost bun, lauda nu îți va îmbunătăți imaginea de jucător de echipă, iar dacă rezultatul a fost prost, ar fi un semn că nu ştii să pierzi dacă îi întrerupi pe ceilalți din bucuria lor. Pe lângă faptul că trebuie să îți supraveghezi îndeaproape comportamentul, în general, gândeşte-te cu atenție şi câte băuturi să îți cumperi la bar, după serviciu. Ia seama la cât de puține cumpără unii și la faptul că alții beau şampanie de parcă strugurii ar crește peste tot. Setează-ți ca obiectiv să te situezi undeva între cele două extreme, dacă vrei să nu fii detectat de radarul primelor.

Biroul folosit în comun

Doar pentru că proprietarul de drept al unui birou a lăsat carnețele, cremă de mâini, cereale la discreție pe biroul pe care îl folosești în locul lui, nu înseamnă că ai permisiunea să foloseşti şi tu din ce e acolo. Poți împrumuta un pix, dacă ai mare nevoie, dar să-l înapoiezi ulterior. Atât! Gândeşte-te că accesul la sertarele unui birou care e al altcuiva este interzis, la fel ca și la sertarul de sus al noptierei unei alte

persoane. Oamenii au tendința să țină acolo ascunse obiecte personale şi nu ai nici un drept să îți vâri nasul.

Lasă toate lucrurile aşa cum le-ai găsit şi nimic în plus! Prezența ta să fie maxim de discretă!

În majoritatea birourilor, calculatoarele sunt legate în rețea, astfel încât oricine cu un nume de utilizator şi o parolă să îşi poată accesa calculatorul de lucru de pe orice alt calculator. Dacă lucrezi de pe calculatorul unui coleg, nu uita să ieși la plecare de pe contul tău de lucru. Multe computere au o funcție de autoblocare după o anumită perioadă de inactivitate, caz în care doar un administrator sau persoana logată pot accesa calculatorul. Deci, dacă nu ieși de pe contul tău, s-ar putea să blochezi accidental accesul proprietarului de drept la calculatorul cu pricina.

Înfățișare personală

Dacă ai primit o uniformă, poart-o cum se cuvine. Păstrează-ți părul şi unghiile îngrijite şi evită excesul de bijuterii. Atât bărbații, cât și femeile ar trebui să fie nespus de conştienți de numărul nasturilor desfăcuți de la cămaşă.

La locurile de muncă în care nu există uniformă, după ce se stabileşte data la care vei începe să lucrezi, întreabă despre codul vestimentar de la birou. Dacă uiți să o faci, sună-l pe cel care ți-a oferit postul, folosind ca pretext o altă chestiune legată de locul de muncă, de exemplu materialul scris pentru ședință, şi menționează, aparent în treacăt, chestiunea vestimentației.

Dacă nu ai cum să te lămureşti discret în ceea ce priveşte codul vestimentar înainte să începi lucrul, optează pentru varianta elegantă. Te poți corecta, la nevoie, în ziua următoare, dar la început este mult

mai bine să ajungi la lucru pe un post de îngrijitor îmbrăcat la costum, decât să mergi îmbrăcat în salopetă de îngrijitor pe un post de agent de bursă (vezi ținuta de afaceri, la paginile 115–116).

Nu presupune că noul angajator va considera ținutele pe care le-ai purtat la ultimul loc de muncă drept rezonabile. În prima zi, vezi cum sunt îmbrăcați ceilalți şi încearcă să îți creezi propria versiune a unei ținute similare. Dacă este nevoie, cumpără-ți haine „de muncă".

Inclusiv la slujbele cu un cod vestimentar informal, evită fustele mini, pantalonii scurți, şlapii, îmbrăcămintea transparentă sau fluorescentă, cămăşile hawaiiene, excesul de bijuterii şi bluzele care lasă să se vadă decolteul sau părul de pe piept.

Aspectul biroului

Păstrează ordinea, chiar dacă asta presupune o oră de muncă în plus în fiecare săptămână. Poate că tu ştii unde se află toate lucrurile, dar să lași ca hârtiile şi merele uitate să se adune grămadă pe birou li se va părea lipsă de profesionalism celorlalți.

Poți, categoric, să afişezi fotografii, dar optează pentru poze cu rudele foarte apropiate, mai degrabă decât pentru tot arborele tău genealogic, plus animalele de companie. Redu la minimum numărul ramelor.
O fotografie de grup și atât îi conferă biroului tău un aspect considerabil mai îngrijit decât cinci fotografii individuale separate. Fotografii topless cu modelul tău preferat de la pagina 5 nu sunt de dorit, chiar dacă lucrezi la The Sun. Dacă vrei o plantă, rezumă-te la una singură, preferabil mică. S-ar putea ca oamenii să fie distrași de jungla din colțul biroului.

Goleşte sertarele biroului o dată la trei luni, păstrând doar minimul de lucruri în ele. Fără îndoială, vei descoperi că mirosul acela ciudat venea

de la şoseta de la sală pierdută cu ceva vreme în urmă.

Când iei masa la birou

Chiar reuşeşte cineva să continue să lucreze în timp ce mănâncă? Probabil că nu. Chiar dacă numeroase companii consideră că servirea prânzului în timp ce munceşti face parte dintr-o zi standard de lucru, cel mai probabil că mâncatul la birou este o treabă care lasă mizerie în urmă şi nu e nici igienică. Majoritatea birourilor au o cantină sau o zonă pentru servirea mesei şi, având în vedere că drumul până acolo este foarte scurt, ar trebui să îl parcurgi. În plus, s-a dovedit că pauzele îmbunătățesc productivitatea.

Nu este indicat să consumi preparate fierbinți la birou, într-un spațiu de lucru deschis. Aromele mâncării calde persistă mult și asta este neplăcut, iar mirosul ademenitor de pui masala le va induce multora o senzaţie de vomă până la ora 16, dacă în birou este cald. În mod excepţional, se poate consuma la birou mâncare rece, fără miros înțepător, care să nu se fărâmițeze, dar doar cu mare precauție şi punând un şervet peste tastatură.

Spaţii de lucru deschise

Nu este nevoie să țipi la telefon. Aşa cum nu este nevoie nici să strigi în birou. Foloseşte numerele de interior. Atenție la alergii şi la mirosuri puternice! Las-o mai ușor cu parfumurile şi apele de colonie, astfel încât doar tu sau o persoană care te îmbrățişează să le simtă mirosul. Dacă un coleg de la un birou învecinat este alergic la alune, plante în

ghiveci, parfum, atunci proprietarul articolului iritant ar trebui să îndepărteze obiectul cu pricina. Dacă, totuşi, un coleg de la un birou învecinat este alergic la părul de câine pe care îl aduci cu tine pe haine, insistă să ia antihistaminice sau să ceară să fie mutat. Nu este datoria ta să renunți la pudelul tău de companie mult îndrăgit.

Maniere la telefon (diferite de cele aplicabile în cazul telefoanelor mobile)

Iată câteva reguli de bază în ceea ce priveşte folosirea telefonului de serviciu:

• Răspunde la telefon fie conform instrucțiunilor companiei, fie cu numele tău.

• Pune-i pe oameni în aşteptare doar dacă este absolut necesar să o faci. Chiar dacă este vorba de o capodoperă muzicală, este inacceptabil să forțezi pe cineva să asculte „Greensleeves“ (sau orice altă melodie îngrozitoare setată ca muzică de aşteptare) mai mult de două minute, cu excepția cazurilor grave în care te sufoci. Dacă se poate, indică un interval de timp estimativ în care apelantul se va afla în aşteptare şi oferă-te să îl suni tu înapoi. Avertizează mereu persoana de la celălalt capăt al liniei dacă eşti pe punctul de a o pune în aşteptare şi întreab-o dacă ar prefera să revină cu un apel mai târziu.

• Nu răspunde la apeluri în timpul şedințelor doar ca să spui, arogant: „Sunt într-o şedință“. Lasă să intre mesageria vocală sau fii pregătit să

răspunzi la întrebări urgente şi să explici de ce ai renunțat la politețe.

• Avertizează-ți interlocutorul dacă este activat speaker-ul la începutul conversației. Dacă vorbesc mai multe persoane în speaker, permite-i fiecăreia să se prezinte, pentru ca destinatarul apelului să poată identifica vocile.

• Dacă lucrezi într-un spațiu deschis, nu prelua apeluri pe speaker, când tu eşti singurul care vorbeşte. Le vei distrage inutil atenția tuturor celorlalți. Dacă vrei să ai mâinile libere, foloseşte căşti, chiar dacă te face să pari caraghios.

• În mod asemănător, atunci când verifici mesageria vocală, nu folosi funcția de difuzor a telefonului. Acest lucru este atât în beneficiul tău, cât şi al celor din jur. La urma urmei, nu vei şti cine te-a sunat până nu asculți mesajele.

• Efectuează singur apelurile. Dacă ai un asistent sau o asistentă, nu îi cere să formeze numărul şi apoi să îl pună pe destinatar în aşteptare până transferă apelul către tine. Formează singur numărul.

Mesaje vocale

Începe prin a spune cine eşti, data şi ora. Explică de ce ai sunat în cât mai puține cuvinte, transmițând nivelul de urgență şi ce anume ai nevoie în schimb.

Indiferent că eşti director general executiv sau secretară, sună înapoi cu promptitudine. Nu este un joc de-a te lăsa convins cu greu, ci, în lumea profesioniştilor, apelatul cât mai curând posibil este un semn de respect.

Dacă intenționezi să lipseşti de la birou în timpul programului de lucru, setează redirecționarea apelurilor către mobilul tău, dacă este nevoie, şi un mesaj automat la e-mailuri, prin care îi informezi pe cei care încearcă să te contacteze că nu te afli la birou în momentul respectiv, astfel încât aceştia să nu fie nelămuriți de ce nu le răspunzi. Ca regulă, schimbă-ți mesajul de întâmpinare de la mesageria vocală, dacă intenționezi să lipseşti de la birou cel puțin o zi. În mesajul de întâmpinare şi în mesajul de răspuns automat prin care anunți că vei fi plecat de la birou, oferă o dată la care intenționezi să te întorci şi să răspunzi la mesaje şi un număr de telefon pentru un contact alternativ din cadrul companiei, care s-ar putea ocupa de cerere dacă este urgentă.

Prezentări

Când faci prezentări în scopuri de afaceri, prezintă-i mereu pe cei aflați mai jos în ierarhia profesională, indiferent de vârstă sau gen. Deci, dacă A se află mai jos în ordinea profesională ca B, atunci numele lui A va fi rostit al doilea într-o frază. De exemplu, „B, este plăcerea mea să ți-l prezint pe A“. Dați mâna. Sărută pe cineva pe obraz doar dacă socializezi cu persoana respectivă în cadrul unor ocazii care nu au legătură cu serviciul.

Pentru evenimente de socializare, vezi pagina 27.

Folosirea calculatoarelor

La serviciu, foloseşte calculatoarele puse la dispoziție pentru muncă. Numeroşi angajatori se aşteaptă la o folosire redusă a calculatoarelor de muncă în scop personal, dar există anumite website-uri care cu siguranță îi vor face pe orice angajatori să li se ridice părul de pe gât, şi pe bună dreptate. Printre acestea se numără:

• *site-uri cu locuri de muncă sau ale companiilor de recrutare*

• *pagini cu aplicații pentru locuri de muncă în cadrul unei companii rivale*

• *site-uri pornografice*

• *site-urile de unde se descarcă muzică, cu precădere muzică piratată.*

Pe lângă acestea, utilizarea excesivă a altor website-uri, de exemplu, site-urile de relaționare socială precum Facebook, Bebo sau MySpace, site-uri populare precum YouTube şi eBay sau site-urile de webmail personal cu siguranță vor fi considerate de către angajatorii tăi ca fiind un mod de folosire a resurselor de la locul de muncă ce distrage atenția.

Să nu crezi că poți reuşi să scapi cu oricare din cele de mai sus prin faptul că ai reflexe ascuțite şi un deget pregătit deasupra butonului de închidere. Numeroşi angajatori au „alarme“ conectate în rețea setate pentru unele dintre cele mai populare site-uri sau pentru cele care îi

îngrijorează cel mai mult pentru a-ți monitoriza modul de lucru şi păstrează înregistrări meticuloase ale timpului petrecut pe astfel de site-uri.

Trimitere de e-mailuri

Pentru eticheta privind modul de structurare a e-mailurilor de serviciu, vezi paginile 125–129. Fii conştient de faptul că angajatorul tău cel mai probabil că va tolera un flux de e-mailuri personale redus spre moderat de pe contul tău de serviciu, dar utilizarea sporită (adică primirea şi răspunsul la acestea, care durează mai mult de cinci minute pe oră) cel mai probabil că îți va afecta munca şi, prin urmare, angajatorul o va considera lipsă de maniere la locul de muncă. Este mai bine să foloseşti un cont de e-mail personal pentru toate e-mailurile personale, dar, dacă foloseşti un cont de serviciu, nu spune niciodată nimic rău sau jenant despre compania ta sau despre angajați, întrucât s-ar putea să fie distribuite mai departe cu logo-ul companiei afişat cu mândrie în partea de jos.

Acordă mereu prioritate e-mailurilor de serviciu. Dacă nu poți ține pasul cu fluxul de e-mailuri personale, aşteaptă până după programul de lucru ca să răspunzi sau să îți suni prietenul cu pricina, ca să puteți conversa liniştiţi.

Cum să te porți cu şeful tău

Fii politicos şi respectuos. S-ar putea ca unii şefi să fie joviali şi să aibă un simț al umorului foarte pronunțat. Dacă aşa stau lucrurile, glumeşte

cu ei şi tachinați-vă de parcă ați fi prieteni. Într-adevăr, unii şefi sunt prieteni. Cu toate acestea, alții nu sunt, aşa că, oricât de amuzant ar fi bancul lor cu vicarul care a cunoscut un pinguin, fii conştient de diferența dintre voi şi ține minte că uneori până şi cei mai buni prieteni se ceartă definitiv.

Dacă trebuie să te duci la şeful tău cu probleme, fă şi o listă cu potențiale soluții.

Cum să te plângi şefului tău în legătură cu alții

Încearcă mereu să rezolvi chiar tu plângerea, trimițându-i un e-mail persoanei în cauză, explicându-i de ce comportamentul ei ți se pare deranjant şi spunându-i că ți-ar plăcea să se oprească. Dacă problema persistă, adresează-te şefului tău direct.

Să te plângi unei autorități mai înalte referitor la comportamentul inadecvat al altora aduce într-adevăr puțin a bârfă, indiferent cum ai încerca să o îndulceşti. Cu toate acestea, dacă există o problemă la locul de muncă ce îți afectează productivitatea, chiar dacă problema cu pricina este doar comportamentul inadecvat al altora, ar trebui să îi spui numaidecât şefului tău. Cel mai uşor mod în care poți face acest lucru este să trimiți un e-mail în care să îi comunici că ai o problemă la serviciu pe care ai vrea să o discutați şi să sugerezi o oră şi un loc în care puteți vorbi în privat. La întâlnire, spune-i şefului tău ce anume te preocupă şi explică modul în care îți afectează munca.

Dacă şeful tău este cel care îți face probleme, trimite-i un e-mail în care să îi explici problema şi modul în care îți afectează munca. Dacă problema persistă, scrie-i din nou un e-mail. Dacă problema persistă în continuare, plânge-te în fața cuiva aflat pe picior de egalitate cu el (dacă există) printr-un e-mail, cerându-i să te ajute să comunici cu şeful tău. Dacă problema tot nu se îmbunătățeşte, sau egalul şefului tău nu

doreşte să se implice, atunci trimite-i un e-mail şefului tău, explicând problema clar şi concis.

Observaţie

Atunci când te plângi altora de la serviciu de şeful tău, ține minte că bârfa tinde să circule rapid. Fii atent la ce spui. Măsoară-ți cuvintele.

Dacă este o problemă serioasă, cum ar fi o chestiune ce ține de sănătate şi siguranță sau de hărțuire (sexuală sau rasială, de exemplu), trimite un e-mail prin care te plângi persoanei în cauză şi după aceea adresează-te şefului tău direct sau şefului direct al angajatorului tău.

Când faci o plângere de genul acesta, păstrează copii după întreaga corespondență.

Cum se negociază o mărire de salariu

Puține companii acordă măriri de salariu nesolicitate pentru a acoperi inflaţia, aşa că, dacă îți doreşti una, va trebui să ceri şi să fii stăruitor. Organizează o întâlnire în care să beneficiezi de atenția completă a şefului tău. Du-te înarmat cu motivele pentru care ar trebui să primeşti mărirea pe care o ceri. Printre motivele bune se numără valoarea ta pentru companie sau faptul că ai descoperit că o persoană la fel de calificată ca tine, care face acelaşi lucru în cadrul companiei, este încadrată într-o grilă de salarizare mai mare. Printre motivele proaste se numără cele personale.

Nu spune că poți câştiga mai mult în altă parte, decât dacă ai cu adevărat o ofertă de lucru mai bine plătită pe care nu te-ar deranja să o accepți. S-ar putea ca şeful tău să te prindă cu ocaua mică, să dea mâna cu tine şi să îți ureze mult noroc în viitoarea ta carieră.

Dacă nu ți se acordă mărirea de salariu pe care tu consideri că ai merita-o în baza unui motiv „bun“ dintre cele menționate mai sus, hotărăşte dacă vrei sau nu să rămâi în compania respectivă. Dacă rămâi, munceşte mai din greu şi mai încearcă peste trei luni, tratând punctele pe care le-a subliniat şeful tău când nu ți-a oferit mărirea. Dacă tot nu ți se oferă mărirea solicitată, ia din nou în calcul posibilitatea de a pleca.

Cum îți dai demisia

Dacă ai hotărât să pleci, solicită o întâlnire cu şeful tău.

Gândeşte bine motivele pentru care vrei să îți dai demisia şi decide dacă există posibilitatea ca acestea să fie surmontabile. De exemplu, s-ar putea ca un contabil să vrea să demisioneze deoarece nu îi place cafeaua pe care o serveşte compania şi vrea un salariu mai mare. Acestea sunt probleme potențial surmontabile. Cu toate acestea, o teamă bruscă de cifre în urma unei experiențe traumatice cu un calculator, de exemplu, este insurmontabilă. În funcție de categoria în care se clasifică obiecțiile tale, abordează întâlnirea ca pe o discuție (în care nu amenințți că vei pleca, ci doar alegi să o faci, la sfârşit, dacă problemele nu pot fi depăşite) sau ca pe o notificare a începutului perioadei de preaviz. Dacă optezi pentru cea de-a doua variantă, nu îți dezvălui motivele pentru care pleci dacă nu eşti întrebat (şi inevitabil vei fi).

Este mai bine să explici motivele pentru care pleci față în față decât prin simpla înaintare a unei demisii, dar ia cu tine la întâlnire o

înştiinţare scrisă a faptului că vei pleca. Această înştiinţare ar trebui să fie sub forma unei adrese oficiale către companie, care să înceapă cu „Stimați domni“, mai degrabă decât să fie adresată în mod specific şefului tău. Ar trebui să conțină o dată, o clarificare referitoare la faptul că este vorba de o înştiinţare a demisiei şi data care se preconizează că va fi ultima zi petrecută în companie. Oferă o perioadă de preaviz adecvată (sau stipulată în contract), care să îi permită angajatorului tău să înceapă să îți caute un înlocuitor. În plus, scrisoarea ta ar trebui să exprime şi o urmă de regret referitoare la plecarea ta din companie, în caz că îți doreşti o recomandare bună (nu exagera, altminteri compania va crede că dai dovadă de sarcasm; un singur rând va fi suficient). Scrisoarea nu ar trebui să sublinieze motivele pentru care demisionezi; acestea ar trebui exprimate doar față în față.

Nu demisiona niciodată într-un acces de furie. Dacă te răzgândeşti după ce ți s-au potolit emoțiile, s-ar putea să nu îți mai poți schimba statutul de şomer.

Dacă eşti disponibilizat sau concediat

Păstrează-ți cumpătul şi cere motive clare care să susțină decizia companiei şi un rezumat al oricărui pachet compensatoriu datorat. Solicită fiecare detaliu în scris, în caz că te hotărăşti să acționezi compania în instanță. Dacă eşti concediat pentru un eveniment care în mod evident nu este din vina ta, spune acest lucru, dar afirm-o calm şi clar.

Observație

Chiar dacă eşti persuasiv, este foarte puțin probabil ca decizia să poată fi inversată cu uşurință. Exprimă-ți punctul de vedere calm şi clar, în termeni strict profesionali, verbal şi în scris.

Socializare în afara biroului

Chiar de câțiva din cei de la birou ar putea fi considerați prietenii tăi adevărați, nu toți vor fi. Pe măsură ce băutura curge, limbile se dezgheață şi, dintr-odată, le spui tuturor cum ai avut odată parte de o partidă de sex în trei cu şeful tău şi cu tipul de la fotocopiator, în încăperea unde se sortează corespondența. Problemele cu care te vei confrunta în dimineața următoare nu mai trebuie explicate, cu precădere dacă partida respectivă a avut loc în timpul serii în care Eileen de la contabilitate, care controlează contul tău de cheltuieli, se întâlnea cu tipul de la fotocopiere menționat mai sus.

În timpul unor isprăvi cu băutură împreună cu prietenii, s-ar putea ca dansatul pe masă într-un restaurant McDonald's să te ridice la rangul de legendă. Într-o seară lucrătoare petrecută în oraş, alcoolul te va face un pericol în timpul evenimentelor sociale cu clienții. Nu considera barurile deschise din timpul evenimentelor profesionale ca o provocare de genul „oricât poți bea". Încearcă să ajungi la sfârşitul serii capabil să mergi în linie dreaptă şi, cu siguranță, fără să îți fie rău. Păzeşte secretele aşa cum ai păzi un nou-născut în timpul unei răscoale.

Dacă se poate, evită cu desăvârşire să vorbeşti despre muncă. Direcționează subiectele de conversație spre hobby-uri, familii, prietene etc. Pune multe întrebări. Sunt mult mai sigure şi cel mai probabil că îți vor câştiga o reputație de persoană interesantă şi care ştie să facă conversație, o abilitate foarte prețuită la locul de muncă.

Bârfă

Chiar dacă zilele tind să se târască agale și să fie neinteresante, bârfeşte-i pe alții doar dacă ai fi dispus ca aceştia să îți cunoască cele mai întunecate secrete şi să le discute în jurul răcitorului de apă. În mediile sociale, deseori bârfa nu este un lucru drăguț, dar în mediul profesional poate dăuna efectiv carierei unui coleg.

Contribuții la chetele de la locul de muncă

S-ar putea să se organizeze chete pentru a sărbători evenimente, precum zile de naştere, nunți, nașterea unui copil şi pentru cadouri la plecarea din companie. Dacă lucrezi într-o companie mare (cu mai mult de 40 de oameni), nu este necesar să participi la fiecare donație. Dacă nu cunoşti persoana cu pricina, nu trebuie să îți deschizi portofelul. Dacă, însă, cunoşti persoana îndeajuns încât să o saluți, atunci participă la chetă. În funcție de locul tău de muncă, suma standard pe care o dă fiecare la cadouri va varia. Încearcă să estimezi cam care ar fi normalul şi nu dona sub suma respectivă.

Călătorii de afaceri în străinătate

Iată câteva ponturi când călătoreşti în străinătate în scop de afaceri:

• Fii conştient de diferențele între modalitățile de prezentare. Unii se sărută pe obraz, alții îşi strâng mâna, alții fac o plecăciune. În unele culturi, se face schimb de cărți de vizită cu multă formalitate. Alții spun numele companiei la care lucrează înainte de numele propriu. Învață cum să faci prezentările în modul tipic pentru o anumită țară fără să te simți jenat. Experții spun că este important să cercetezi orice diferențe culturale sensibile când vine vorba de întâmpinarea celorlalți, precum şi să înveți unele expresii-cheie în limba gazdei tale.

• Fii atent la spațiul tău personal. Dimensiunea zonei considerată drept „spațiu personal" variază de la țară la țară. În America de Nord sau în Anglia, „spațiul social" (cei cu care pălăvrăgeşti) măsoară între aproximativ un metru şi douăzeci de centimetri şi trei metri, „spațiul personal" (cei cu care ai o relație apropiată, intimă sau cu care porți o conversație serioasă) măsoară între aproximativ şaizeci de centimetri şi un metru şi douăzeci de centimetri, iar „spațiul intim" (cei de care eşti apropiat din punct de vedere emoțional, care s-ar putea să te atingă pe braț sau să te îmbrățişeze, de exemplu) se întinde pe o rază aproximativă de treizeci de centimetri. Cu toate acestea, în Arabia Saudită sau Rusia, spațiul social pătrunde în spațiul personal sau intim britanic, iar tendința este să îi facă pe britanici să se simtă oarecum înghesuiți. În alte țări, însă, se aplică opusul: de exemplu, britanicii pătrund în spațiul personal olandez. Dacă ai îndoieli, observă-i pe ceilalți, dar cu siguranță că, în cazul afacerilor, este mai bine să fii considerat puțin mai distant decât apropiat prea repede. Deci, dacă ai îndoieli, dă-te puțin mai în spate decât eşti obişnuit şi aşteaptă ca cealaltă parte să înainteze spre tine, dacă se simte confortabil mai aproape de tine.

• Dacă desfăşori în mod regulat afaceri cu companii dintr-o țară străină, ia în calcul posibilitatea de a avea două versiuni ale cărții tale de vizită: una în limba ta şi una în limba celeilalte țări, sau o carte de vizită cu o traducere a informațiilor pe verso.

• Învață expresii-cheie, formule de adresare şi titluri potrivite.

• Nu glumi. În unele țări, afacerile serioase sunt considerate o chestiune lipsită de umor, iar alții ar putea, pur şi simplu, să aibă un limbaj în care umorul să nu fie traductibil.

• Dacă ai îndoieli, ia-te după gazda ta. De exemplu, în timpul prânzurilor de afaceri, aşteaptă ca gazda ta să abordeze subiectul muncii.

Observație

Atunci când călătoreşti împreună cu alții în scop de afaceri, permite-le să aibă un cuvânt de spus în ceea ce priveşte intervalul de timp liber pe care îl veți petrece împreună. S-ar putea ca, în timp ce ție ți s-ar părea distractiv să dați iama împreună în barurile din străinătate, tovarăşul tău de drum să prefere câteva ore la hotel, citind o carte. Încearcă să găsiți un compromis, dar nu presupune că, dacă călătoriți împreună, înseamnă că vă petreceți fiecare minut al zilei împreună.

Eticheta la cinele de afaceri

Pe lângă cele menționate referitoare la bunele maniere la masă şi eticheta privind servirea cinei, detaliată la capitolul 10, respectă următoarele sfaturi atunci când iei o cină de afaceri în oraş:

• Nu anula în ultima clipă, decât dacă este absolut necesar să o faci.

• Fii punctual. Anunță dacă ştii că vei întârzia, dar aşteaptă măcar 15 minute înainte să îți întrebi tovarăşul de cină pe unde se află.

• Nu aşeza telefoane mobile sau serviete pe masă. Lasă-le pe un scaun gol sau pe podea.

• Nu este necesar să îți adaptezi stilul de a mânca, astfel încât să se potrivească altei culturi, doar dacă stilul în care se mănâncă necesită unelte diferite. De exemplu, stilul britanic şi cel american de a mânca sunt reciproc acceptabile, deoarece ambele implică un cuțit şi o furculiță, dar să mănânci friptură de vită şi sufleu Yorkshire cu bețişoare ar fi inacceptabil.

• Nu comanda cel mai scump preparat.

• Evită preparatele care necesită concentrare pentru a le consuma.

Observație

Dacă este absolut necesar să anulezi în ultimul moment, asigură-te că partenerul tău de cină primeşte mesajul. Aminteşte-ți că nu toată lumea deține un BlackBerry. Dacă nu poți vorbi direct cu respectivul,

trimite un e-mail cu confirmare de primire, precum şi un mesaj vocal. Sună la biroul persoanei în cauză şi întreabă dacă există o alternativă mai bună de a lua legătura cu aceasta.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Întâmpină-i pe nou-veniți cu oferta de a ieşi la un prânz în grup, în decursul primelor două săptămâni.

2. Evită relațiile romantice la birou, dar, dacă vrei neapărat să te implici într-una, fă-o cu precauție şi poartă-te strict profesional la muncă.

3. Foloseşte-ți adresa de e-mail de serviciu pentru e-mailurile de serviciu. Păstrează un cont personal de e-mail activ pentru e-mailurile personale. Acordă prioritate e-mailurilor de serviciu în detrimentul discuţiilor cu prietenii.

4. Încearcă să rezolvi problemele direct cu colegii înainte să îți implici şeful.

5. Nu îi întreba pe alții cu cât sunt plătiți. Dacă vor să ştii, o vor menționa chiar ei.

6. Ai grijă la înfățișarea şi la igiena personale.

7. Păstrează-ți biroul îngrijit şi curăță-l în mod regulat.

8. Nu purta conversații într-un birou deschis. Îi vei deranja pe alții. Fie du-te până la cel cu care vrei să vorbeşti, fie foloseşte telefonul.

9. Nu prelua apeluri pe speaker în birouri deschise, dacă eşti singurul care vorbeşte.

10. Când demisionezi, fii curajos şi fă-o față în față, dar să ai la îndemână o scrisoare de demisie pe care să o prezinţi.

5. Când împarți casa cu alții

În acest capitol, vei învăța:

• cum să îți alegi colegii de apartament sau de casă;

• cum să trăieşti în armonie cu alții;

• cum să tratezi cu proprietarul tău sau cu chiriaşii tăi;

• cum să te porți când ai musafiri;

• cum să te muți.

Întrucât prețurile la proprietăți sunt încă foarte mari, mai mulți oameni ca niciodată împart apartamentele şi casele. Unii văd avantajele de a avea companie în serile plictisitoare petrecute în fața televizorului, în timp ce alții se bucură, pur şi simplu, de chiria redusă. Cu toate acestea, indiferent de motivul pentru care împarți apartamentul, familiaritatea duce deseori la dispreț atunci când colegii de casă nu dau dovadă de grijă şi considerație reciproce, aşa cum se cuvine.

Mai jos, găsiţi o selecție de dificultăți obişnuite aferente împărțirii unei case sau a unui apartament şi sugestii despre cum pot fi depăşite. În general, însă, depășește problemele soluționându-le, nu doar plângându-te în legătură cu ele. Discută chestiunile problematice, mai degrabă decât să începi să țipi sau să le ții în tine. Deseori, oamenii nu sunt conştienți de faptul că obiceiurile lor sunt enervante. Se poate ca nimeni să nu mai fi ridicat până acum din sprânceană la faptul că aceştia îşi taie unghiile de la picioare în timp ce se uită la The Simpsons.

Mulți se poartă cu colegii de apartament aşa cum o fac cu familia lor, presupunând că apropierea implică iertarea necondiționată a comportamentului rău. Chiar dacă aşa stau lucrurile, pur şi simplu, este mai drăguț să fii de nădejde, grijuliu şi atent la ceilalți. Încearcă să faci mai mult decât se aşteaptă de la tine şi fii înțelegător când cei cu care împarți locuința sunt stresați, cum ar fi în timpul examenelor sau în timpul interviurilor pentru angajare, şi poate că atunci când te vei afla tu în pragul unei căderi nervoase şi vei uita să îți speli bolul în care ai mâncat cereale, colegii tăi de apartament ar putea fi mai înclinați să îl clătească rapid, fără să facă din asta o dramă demnă de telenovele.

Închiriere

Proprietarii şi chiriaşii au tendința să se privească cu o ură abia mascată, fără vreun motiv real.

Proprietari

Când arăți posibililor chiriaşi o locuință de închiriat, ține minte că ei îşi aleg proprietatea, iar tu îți alegi chiriaşii. Este puțin probabil ca majoritatea chiriaşilor să se transforme ca prin magie în indivizi care provoacă haos şi incită la răscoală în clipa în care te întorci cu spatele. Va fi nevoie de un anumit nivel de încredere, precum şi de o garanție, pentru a te asigura că închirierea decurge fără probleme. În cazul în care contabilii anoşti cărora le-ai închiriat proprietatea se hotărăsc într-adevăr să deseneze cranii şi oase pe pereți şi să facă găuri în covor cu ţigara, reține banii necesari pentru lucrările de reparație din garanțiile lor.

Ține minte că este ilegal să intri pe o proprietate închiriată fără permisiunea chiriaşilor sau dacă nu s-a stabilit o inspecție programată a proprietății în contractul de închiriere.

Acționează cu promptitudine atunci când chiriaşii îți cer să repari anumite lucruri (cum ar fi o maşină de spălat vase instabilă) sau anumite sisteme (cum ar fi instalația) incorporate în contractul de închiriere. Chiriaşii se comportă frumos cu proprietarii care îi tratează cu respect, şi cel mai probabil că vor dori, de asemenea, să îşi prelungească şederea.

Garanția pe care ai primit-o la începutul închirierii nu îți aparține. Este un fel de garanție din partea chiriaşilor cum că vor da dovadă de un comportament bun. Nu inventa motive ca să o păstrezi la sfârşitul perioadei de închiriere (cum ar fi să pretinzi că ți se datorează bani pentru a repara un perete, deoarece ai observat o zgârietură în partea de sus a tavanului, care are vreo trei metri înălțime, după ce ai închiriat casa unei familii de pitici). Nu te lăsa călcat în picioare, dar fii corect.

Chiriaşi

Ține minte că te afli pe proprietatea altcuiva. Chiar dacă ai plătit pentru acest privilegiu, se cere un anumit nivel de respect pentru lucrurile din casă. Dacă un articol este spart accidental, mai degrabă decât prin uzură normală, înlocuieşte-l cu un articol cu o funcție şi valoare similare şi spune-i numaidecât proprietarului ce ai făcut. Nu aştepta până la sfârşitul perioadei de închiriere ca să mărturiseşti incidentul. Nu zugrăvi pereții şi nu face nici o modificare ireversibilă casei fără acordul prealabil al proprietarului. Dacă nu primeşti acordul, nu înseamnă nu.

Dacă este o problemă cu un articol sau un sistem din casă acoperit de contractul de închiriere, anunță cu promptitudine proprietarul (proprietarul nu este clarvăzător). Informează-l şi în scris. Fii insistent. Nu te teme că ai putea fi cicălitor. Este dreptul unui chiriaş să aibă parte de lucrurile promise şi pentru care a plătit.

Dacă ai fost un chiriaş politicos, dacă ai plătit mereu la timp şi ai avut grijă de locul închiriat, îi poți cere proprietarului să se răzgândească când vine vorba de a mări chiria, pe motiv că investiția proprietarului se află pe mâini bune şi, prin urmare, cel mai probabil că se vor reduce costurile cu întreținerea generală a proprietății. Cu toate acestea, înainte să faci asta, verifică prețurile de închiriere pentru case asemănătoare din zonă, pentru a te asigura că chiria pe care o plăteai anterior nu era neobişnuit de scăzută.

Ocupă-te de toate facturile înainte să pleci din casă şi lasă un registru cu toate facturile achitate (făcând o copie şi pentru tine) pentru ca proprietarul să poată sta liniştit. Predă cu promptitudine toate cheile.

Alegerea colegilor de apartament

Cei care împart un apartament se vor muta fie cu prieteni, fie cu străini. Fiecare variantă are avantajele şi dezavantajele ei. Numeroase

prietenii s-au pierdut din pricina locuitului împreună, iar străinii sunt un factor necunoscut în urma căruia ai putea ajunge să împarți baia şi bucătăria cu un ins care colecționează timbre şi este obsedat de blana de iepure.

Când optezi pentru colegi de apartament care îți sunt prieteni, gândeşte-te nu doar la cât de bine vă distraţi împreună, dar şi la ce fel de persoană ar fi în postura de coleg de apartament. Fii sincer cu ei referitor la stilul tău de viață. Spune-le dacă insişti să faci nudism joia sau dacă tocmai te-ai apucat să înveți să cânți la vioară. Ajută-i să îşi facă o idee dacă eşti dezordonat sau îngrijit la modul obsesiv-compulsiv sau undeva pe la mijloc. Fii dureros de sincer şi direct referitor la ce ar trebui să se aştepte prietenul tău (prietenii tăi) de la tine în cazul în care se va (vor) muta cu tine. În acest fel, chiar dacă aranjamentul nu este satisfăcător, toate părțile implicate pot ieşi din el fără să se simtă păcălite.

Dacă te muți cu străini, este, de asemenea, nevoie de sinceritate în ceea ce priveşte obiceiurile de viață, dar abordarea în acest caz ar putea să încalce alte norme ale etichetei. De exemplu, în altă parte, în această carte, se spune că discuțiile despre bani sunt nepoliticoase, că este lipsă de bune maniere să întrebi direct despre standardele de curățenie ale cuiva sau numaidecât despre statutul lui relațional. În acest scenariu, astfel de întrebări personale ar trebui adresate, întrucât răspunsurile la ele sunt critice în alegerea unui coleg de apartament. Cu toate acestea, pentru a nu părea nepoliticoşi, procesul de întâlnire şi selecție ar trebui să fie mult mai formal, după cum este stabilit mai jos.

Înainte să te întâlneşti cu potențiali colegi de apartament care nu îți sunt (încă) prieteni, efectuează un apel telefonic de probă, ca să te asiguri că nu vă pierdeți timpul. Trimite un mesaj scris sau un e-mail pentru a aranja o oră potrivită la care îl poți suna pe celălalt ca să vorbiţi. Pune o mulțime de întrebări, de la vârsta persoanei, la meseria pe care o are, la gusturile muzicale şi echipa de fotbal pe care o susține şi dacă are sau nu animale de companie. Dacă ți se pare că persoana cu pricina nu este potrivită, spune-i numaidecât, afirmând că, pur şi simplu, nu crezi că obiceiurile voastre de viață ar fi compatibile. Dacă

persoana ar putea fi potrivită, stabileşte o oră şi o dată la care să vă vedeți (acest lucru ar putea include şi vizitarea apartamentului, dacă există sau dacă a fost ales deja). În timpul apelului nu poți întreba cum arată persoana cu pricina, doar dacă este necesar pentru a o identifica; oricum, majoritatea oamenilor au o imagine de sine distorsionată.

Pentru întâlnirea față în față, pregăteşte-te să pui şi să răspunzi la întrebări. Ambele părți ar trebui să ia în calcul şi să ceară permisiunea de a lua un prieten cu ei pentru o a doua părere sau din motive de siguranță. Asigură-te că încăperea şi apartamentul pe care le închiriezi sunt curate şi ordonate. Întrucât ar putea fi ultima dată când vă întâlniți înainte ca ambele părți să se decidă, este important ca potențialilor colegi de casă să li se ofere aşteptări realiste referitoare la ce îi aşteaptă dacă se mută în locuința cu pricina. Ia notițe. Ambele părți ar trebui să primească un termen limită pentru luarea deciziei.

Printre alte întrebări similare, nu este nepoliticos să întrebi despre următoarele:

• dacă potențialul coleg de casă fumează, consumă droguri şi în ce măsură bea

• cât costă chiria şi facturile pentru cheltuieli şi ce anume acoperă fiecare sumă

• obiceiuri culinare

• rutine zilnice

• *împărțitul mâncării*

• *dacă oaspeților li se permite să rămână în casă şi dacă există reguli ale casei în acest sens*

• *cum este cartierul*

• *atitudini politice sau religioase extreme*

• *ciudățenii legate de stilul de viață*

• *reguli ale casei*

• *ocupația, angajatorul şi vârsta persoanei*

• *unde locuieşte acum şi de ce se mută*

• *disponibilitatea recomandărilor de la colegi de casă anteriori*

• *existența unor probleme medicale care ar putea afecta împărțitul locuinței*

• activități din timpul liber şi interese, preferințe muzicale şi în ceea ce priveşte emisiunile de televiziune

• statut relațional şi cât de des rămân partenerii peste noapte

• frecvența probabilă a prietenilor care vor veni în vizită şi ce le place prietenilor cu pricina

• dacă îşi permit chiria (este în regulă să întrebi dacă potențialul chiriaş va avea un salariu regulat; nu este în regulă să întrebi cât va fi salariul respectiv)

• dacă au animale de companie

• orientarea sexuală, dacă este un factor care i-ar putea deranja pe colegii de apartament existenți. Homofobia nu este un lucru frumos, dar există, şi, dacă va crea un mediu de viață ostil pentru noul coleg de casă, aceasta este o întrebare relevantă.

Majoritatea întrebărilor sunt permise dacă sunt adresate corect şi sunt relevante pentru a-ți forma o idee dacă vei reuşi să convieţuieşti în armonie cu potențialul coleg de apartament. Cu toate acestea, sunt câteva întrebări pe care nu le poți adresa, care se încadrează, de obicei, la categoria de curiozitate personală şi care nu te ajută, de fapt, să îți

formezi o părere despre caracterul potențialului chiriaş. Iată două exemple de astfel de întrebări:

• de ce un potențial coleg de casă este celibatar

• cu ce se ocupă părinții potențialului coleg de casă sau orice altă întrebare referitoare la clasa socială din care provine acesta.

În plus, pur şi simplu, va trebui să aştepți până potențialul coleg de casă se mută cu tine ca să afli:

• dacă face sex gălăgios sau dacă are fetişuri sexuale sau de orice alt gen (pur şi simplu, va trebui să îți cumperi dopuri de urechi)

• dacă o femeie suferă de SPM grav (s-ar putea să nu recunoască oricum).

Ai putea solicita o a doua întâlnire față în față, dacă oricare din voi doi doreşte acest lucru.

Nu te muta în casă cu cineva de care eşti atras sexual inițial. Dacă acesta este motivul pentru care vrei să locuiți împreună, invită-l, în schimb, la o întâlnire romantică.

Anunță-i cât mai curând posibil pe candidații care nu au avut succes. În cazul celui căruia pare să i se potrivească aranjamentul, stabileşte o dată fermă în care persoana cu pricina se poate muta şi aşteapt-o cu încăperea curată şi cheia pregătită.

Ține minte că, după ce se mută cu tine, nou-venitul devine un membru al gospodăriei cu drepturi egale. Dacă există neînțelegeri ulterioare, doar pentru că este ultimul sosit în acest aranjament, nu înseamnă că părerea lui nu este validă sau că plângerea pe care o face este mai puțin gravă.

Chestiuni de zi cu zi

Curățenie

Împărțitul sarcinilor privind curățenia este cel mai probabil un factor iritant între colegii de apartament, altminteri toleranți şi manierați. Chiar nu există scuze pentru că nu ți-ai spălat vasele. Dacă nu ai timp să le speli, nu ar trebui să ai timp nici să mănânci. Dacă uiți să speli vasele, spală-le imediat ce te întorci acasă. Pentru unii, să fie nevoiți să spele o ustensilă de bucătărie ca să o poată folosi chiar ei este echivalentul psihologic al necesității de a face curat în toată casa înainte de a mânca, chiar dacă a fost vorba doar de o furculiță. Este insultător pentru alți colegi de apartament să presupui că timpul tău este mai valoros ca al lor, aceasta fiind insinuarea subiacentă a faptului că nu te-ai ocupat de această sarcină simplă. Dacă ai cinci minute libere la dispoziție şi îți speli vasele, spală şi câteva dintre vasele colegilor tăi de apartament. Gestul va fi apreciat şi s-ar putea chiar să fie răsplătit cu aceeaşi monedă mai târziu.

Stabiliți un program prin rotație – chiar dacă este unul informal – pentru sarcinile de curățenie mai mari, cum ar fi datul cu aspiratorul, curățatul cuptorului şi curățarea băii.

Fără îndoială că va exista un coleg de apartament care este mai curat decât ceilalți, care vrea să aspirați zilnic, să curățați plinta de praf în weekenduri şi perdelele să fie atârnate perfect drepte. Probabil că această persoană va fi deranjată de o mare parte din comportamentul colegilor de apartament și nu va înțelege de ce cicăleala ei este enervantă. Ființele acestea îngrijite ar trebui să țină minte că sunt îndreptățite la un mediu ambiant igienic, locuibil, şi cam atât. Bate-i pe ceilalți la cap doar dacă au trecut 24 de ore, nu două, şi vasele nu au fost spălate. Dacă vrei să ştergi plinta de praf în fiecare weekend, fă-o tu. Vorbeşte cu colegii tăi de apartament despre aspectele de viață care te preocupă cel mai mult şi să sperăm că vor face astfel încât situația să fie mai confortabilă pentru toți. Dacă standardele nu se îmbunătățesc, sugerează să angajați o femeie pentru curățenie. Dacă este o sugestie inacceptabilă pentru colegii de apartament, mută-te şi ia în calcul varianta de a locui pe cont propriu.

Dacă un coleg de apartament şi-a lăsat rufele spălate în maşina de spălat şi trebuie să o foloseşti, scoate mai întâi rufele spălate şi, dacă ai timp, întinde-le să se usuce. Dacă nu, lasă-le într-un coş pentru rufe sau pe o masă curată şi lasă-i colegului tău de apartament un bilet în care îl informezi unde se află rufele lui. Nu le lăsa niciodată pe jos şi nu le azvârli niciodată pe toate în uscător, pornit pe putere maximă, dacă nu ai verificat chiar tu cu atenție avertismentul de pe fiecare haină de „a nu se usca în uscătorul de rufe“. S-ar putea ca actul tău de bunătate să aibă drept rezultat micșorarea fiecărui articol preferat al garderobei vintage fluorescentă, în stilul anilor 1980, pe care a încropit-o cu grijă colegul tău de apartament.

Pe lângă spălatul vaselor, păstrează zonele comune curate, astfel încât toată lumea să poată invita oameni acasă în ultima clipă.

Mâncare

Dacă nu împărțiți toată mâncarea din casă şi nota de plată, nu consuma nimic ce nu ai achiziționat chiar tu. Să mănânci mâncarea colegului tău de apartament este furt. În caz că te apucă un impuls de cleptomanie incontrolabil și dai iama în frigider cu noaptea în cap, lasă un bilețel cu prada în cauză şi promite că vei înlocui articolele jefuite. Înapoiază numaidecât mâncarea în ziua următoare, chiar dacă aceasta înseamnă că trebuie să faci un drum neplanificat la magazin, deşi suferi de mahmureală şi de greață.

Nu acapara frigiderul sau dulapurile. Ciudat este că apartamentele cu mai mulți chiriaşi vin, de obicei, la pachet cu un frigider mult prea mic. Grupează articolele în mod rațional şi, la nevoie, fă cumpărături de două ori pe săptămână, mai degrabă decât săptămânal. De asemenea, ia în calcul posibilitatea de a împărți articolele pe care le folosiți cu toții, cum ar fi laptele.

Fii cu precădere atent atunci când depozitezi carne sau alimente mirositoare. Pune-le într-un recipient suplimentar sau ambalează-le adițional, ca să te asiguri că bucata de carne nu se scurge sau că celelalte articole din frigider nu vor fi contaminate de vreun miros puternic. Aruncă cu promptitudine orice articole perimate, proprii sau ale altora.

Când găteşti, închide uşa de la bucătărie ca să nu se răspândească mirosul în toată casa. Nimănui nu îi place mirosul de somon pe pernele din sufragerie. Nu îți pierde niciodată cumpătul din pricina laptelui sau a pâinii. Cinci lei pe săptămână, pur și simplu, nu merită pierderea prieteniei sau o tensiune arterială crescută.

Intimitate

Unul dintre cele mai dificile aspecte ale împărțitului locuinței cu alții este lipsa de intimitate. Zonele comune sunt într-adevăr comune, dar

încearcă să eviți să îți laşi lucrurile împrăştiate pe acolo. Dormitoarele sunt locuri de intimitate absolută. Indiferent dacă este acasă sau plecat, dormitorul colegului tău de apartament este locul în care ar trebui să intri doar când eşti invitat, chiar şi când este vorba de a-i face favoruri, cum ar fi să îi duci rufele spălate. Lasă rufele spălate pe masă, în sufragerie sau lângă camera lui. Nu împrumuta niciodată nimic dintr-un dormitor fără să întrebi mai întâi sau fără să fii invitat să o faci.

Nu presupune niciodată că, dacă ai primit o dată permisiunea în acest sens, eşti acoperit de fiecare dată când vrei să împrumuți ceva din zona sacră. Nu considera niciodată acceptabil să foloseşti camera unui coleg de apartament ca dormitor pentru musafiri, dacă nu s-a oferit chiar el în acest sens. Fireşte, poți face aluzii subtile în acest sens, ca să îi oferi colegului tău de apartament oportunitatea de a-ți sugera chiar el acest lucru, dar nu cere direct, întrucât nu ar trebui să se simtă forțat să îți facă o astfel de favoare.

Oferiți-vă reciproc spațiu, ca să fiți singuri din când în când. Du-te din când în când la prietenii tăi, în loc să îi inviți pe ei la tine.

Utilizarea telefonului din casă şi mesageria vocală

Nu acapara telefonul şi oferă-te să plăteşti extra dacă:

• *ai sunat în străinătate*

• *ai sunat în mod regulat la numere cu tarif special*

• este limpede că foloseşti telefonul mai mult decât ceilalți colegi de apartament.

Dacă ai o conexiune de tip dial-up, ține cont de faptul că, dacă foloseşti internetul, s-ar putea să împiedici pe alţii să folosească telefonul sau internetul. Verifică cu ceilalți dacă aşa stau lucrurile.

Dacă există un telefon fix, mesajele preluate pentru alți colegi de apartament ar trebui scrise clar, menționându-se ora şi data, şi lăsate într-un loc prestabilit.

Igienă personală şi politețe generală

Fii curat şi păstrează-ți camera curată. Să te uiți la televizor cu un coleg de apartament care nu a făcut duş după ce a fost la sală nu este o experiență plăcută. Chiar dacă dormitorul tău este un spațiu intim, dacă încăperea miroase a săptămâni întregi de transpiraţie şi de cearşafuri şi lenjerie nespălate, este neplăcut pentru colegii de apartament care îți bat la uşă.

Când prietenii rămân peste noapte

Când se poate, avertizează-ți colegii de apartament şi cere-le permisiunea, dacă plănuieşti ca un prieten sau o rudă să rămână peste noapte. Acest lucru este obligatoriu atunci când aranjamentul durează mai mult de o noapte, chiar dacă oaspetele doarme în camera ta. Nimănui nu îi place să intre în sufrageria casei proprii, pe jumătate

îmbrăcat, pregătit să se uite la televizor într-o sâmbătă dimineața, şi să găsească o frumusețe sforăitoare pe canapea. Dacă este vorba de un aranjament de moment, lasă un bilet pe uşa de la sufragerie, ca să îi avertizezi pe ceilalți de ceea ce îi aşteaptă înăuntru.

Observație

Informează-ți cu tact prietenii în privința regulilor casei imediat după sosirea lor.

Dacă tu eşti frumusețea sforăitoare neaşteptată, verifică cu toți colegii de apartament treji dacă nu au cumva nevoie urgentă la baie înainte să faci tu duş. Foloseşte doar produsele de duş care îi aparțin prietenului tău care te-a invitat la el. În plus, înainte să pleci din zonă, cumpără un buchet de flori sau un bax de şase beri pentru colegii de apartament, ca mulțumire că te-au lăsat să le foloseşti canapeaua şi drept scuze pentru orice inconveniente provocate.

Colegii de apartament nu ar trebui să presupună că este în regulă ca prietenii lor să doarmă tot timpul pe canapea. Aproximativ o dată pe săptămână este acceptabil; mai frecvent de atât înseamnă să abuzezi de bunătatea colegilor tăi de apartament.

Observație

Dacă stai la un prieten, nu îți aduce la rândul tău un prieten sau un iubit acolo.

Dacă ajungi la apartament însoțit, noaptea târziu, ține minte că s-ar putea ca ai tăi colegi de apartament să doarmă. Cere-i musafirului tău să vorbească încet şi fă şi tu la fel. Pune muzică sau uită-te la televizor cu volumul dat la un nivel care să nu deranjeze somnul celorlalți din casă. În caz că îți trezeşti un coleg de apartament, cere-ți scuze şi opreşte cu totul dispozitivul sau aparatul ofensator.

Observație

Dacă ai un prieten care rămâne la tine peste noapte, respectivul este responsabilitatea ta. Cade pe tine să îi speli vasele dacă uită şi, dacă nu le cumpără colegilor tăi un cadou de mulțumire, ar trebui să o faci tu.

Folosirea băii

Nu acapara baia. Alocă intervale de timp pentru folosirea băii dimineața, când toată lumea se grăbeşte. Spală baia sau duşul după utilizare. Nu lăsa urme de salivă, pastă de dinți, spumă de ras sau păr în chiuvetă. Dacă există un miros remanent după ce ai folosit toaleta, foloseşte odorizant sau aprinde un chibrit pentru a îndepărta mirosul.

Deschide fereastra după un duş cu aburi şi nu face niciodată o baie lungă fără să îți întrebi mai întâi colegii de apartament dacă vor avea cumva nevoie la baie în următoarea oră. Nu împrumuta şampon, balsam sau orice alt produs pentru duş de la colegii tăi de apartament fără să îi întrebi în mod specific de fiecare dată. Faptul că ți se acordă permisiunea să o faci o dată nu ar trebui considerat o acordare a

permisiunii tot timpul. Este un furt de lucruri mărunte (şi nu chiar atât de mărunte, când crema lor de față sau alt articol este marca Clarins, Decléor, Christian Dior, Chanel sau orice altă marcă importantă şi inutil de scumpă), aşa cum este şi furatul de mâncare din frigider sau de bijuterii din camera unui coleg.

Foloseşte doar prosopul tău de baie. Foloseşte un prosop comun pentru mâini și față, nu prosopul de baie al unui coleg. La fel, dacă eşti îndeajuns de aiurit încât să îți uiți prosopul în baie, aşteaptă-te ca, la un moment dat, să fie folosit şi de altcineva.

Când iubiții rămân peste noapte

Ține minte că și colegii tăi de apartament au ales să locuiască cu tine, nu cu tine şi iubirea vieții tale la momentul respectiv. Nu monopoliza canapeaua sau telecomanda împreună cu partenerul tău. Prietenii tăi, cu precădere cei celibatari, vor fi şi mai iritați de persoana nou apărută în casă dacă respectiva este motivul pentru care nu se pot uita la televizor.

Observație

Nu îți lăsa iubitul să se plimbe gol sau doar în lenjerie prin casa pe care o împarți cu alții.

Nu ar trebui să vă afişați în public afecțiunea sau mânia. Cea dintâi provoacă greață, iar cea din urmă deranjează. Asigură-te că petreci la

fel de mult timp în casa partenerului tău pe cât petrece el la tine. Astfel, nu se va putea pune problema de folosire excesivă a curentului, a laptelui sau a hârtiei igienice în nici unul dintre apartamente. Dacă relația voastră se desfăşoară astfel încât partenerul tău petrece mai mult de jumătate din săptămână la tine acasă, pe care o împarți cu alții, contribuie puțin mai mult decât ceilalți colegi de apartament la cheltuielile din casă. Dacă partenerul tău petrece aproape fiecare noapte în casa ta, ia în calcul posibilitatea de a te muta din casa pe care o împarți cu alții într-una pe care să o împarți cu el. Sunt şanse ca aceea în care te afli la momentul respectiv să nu fie echipată corespunzător încât să mai suporte și prezența unei alte persoane.

Observație

Fă sex cât poți de discret. Activitatea cu pricina nu ar trebui să fie o experiență auditivă obligatorie pentru cei cu care împarți casa.

Observație

Dacă auzi din greşeală pe cineva făcând sex, când este evident că nu ar fi trebuit să se întâmple astfel, dă drumul la muzică sau la televizor sau pleacă din casă. Nu îi pomeni colegului tău de apartament despre asta.

Când se strică lucruri

Tratează lucrurile care le aparțin colegilor tăi de apartament cu şi mai multă grijă decât le-ai trata pe ale tale, dar dacă se strică ceva, nu încerca să muşamalizezi acest lucru. Cumpără un înlocuitor de aceeaşi valoare, sau chiar mai mare, şi cere-ți iertare. Dacă articolul avea valoare sentimentală, cumpără un înlocuitor, precum şi un cadou personal. Nu sugera niciodată că un astfel de articol cu valoare personală sau monetară ar fi trebuit ținut într-un loc mai sigur.

Organizarea petrecerilor

Invită-ți mereu vecinii. Cel mai probabil că nu vor veni, şi cel mai probabil că nu se vor plânge din cauza zgomotului dacă tocmai ei sunt niște „invitați“ care te dezamăgesc prin faptul că nu participă tocmai ei înşişi. Fii atent la copiii mici care locuiesc alături. Oferă-le părinților un interval de timp în care muzica să fie oprită şi petrecerea mutată în altă parte.

Dacă trimiți un coleg de apartament să facă cumpărăturile pentru petrecere, fă o listă detaliată înainte ca respectivul să plece. Nimic nu este mai șocant (sau mai prostesc) într-o casă cu studenți, decât să îl trimiți pe colegul de apartament (ai cărui părinți se întâmplă să dețină o bancă elvețiană) într-o astfel de misiune şi să descoperi că petrecerea pe care o plănuiai mai ieftin te-a costat acum 200 de lire de persoană, iar colegul cu pricina a cumpărat doar o sculptură în gheață, şampanie şi canapé-uri. Cu toate acestea, dacă nu ați discutat lista de cumpărături sau bugetul înainte de plecarea colegului, nu ai dreptul să te plângi în legătură cu nimic din lucrurile cu care se întoarce.

Acceptă străini în casă. Dacă eşti rațional, vei fi ascuns toate lucrurile de valoare înainte să înceapă petrecerea, iar musafirii nepoftiți cel mai probabil că sunt prieteni de-ai prietenilor tăi.

Împărțiți cheltuielile în funcție de procentajul relativ de musafiri invitați. Dacă fiecare membru al casei a invitat un număr aproximativ egal de musafiri, împărțiți cheltuielile în mod egal.

Când organizezi mese festive

Dacă locuieşti într-un apartament pe care îl împarți cu alții, nu organiza o cină festivă fără să îți inviți colegii de apartament, întrucât petrecerea va ocupa cel puțin un spațiu comun pe tot parcursul evenimentului. Colegii de apartament nu sunt obligați să participe, dar, dacă nu o fac, ar trebui să se facă nevăzuți în seara cu pricina.

Mutare din apartament

Dacă intenționezi să te muți, anunță-i pe colegii tăi cu cel puțin o lună înainte, sau chiar mai mult dacă se poate, întrucât cel mai probabil că vor avea nevoie să găsească pe cineva care să preia camera şi să achite partea ta din chirie. Dacă se poate, sugerează-le câteva persoane despre care ştii că îşi caută o locuință, dar nu aranja efectiv cine să te înlocuiască fără permisiunea colegilor tăi de apartament.

Înainte să pleci, fă lună în camera ta. De asemenea, înainte să pleci, asigură-te că strângi orice ai lăsat în restul casei. Este un gest frumos să laşi flori, ciocolate sau vreun alt cadou colegilor tăi care rămân în casă, împreună cu un bilețel în care le spui că îți va fi dor de ei toți. În mod miraculos, la puțin timp după plecarea ta vor uita complet talentele tale îngrozitoare de a face curățenie şi îşi vor aminti doar buchetul frumos, ciocolatele și butoiul de bere pe care le-ai lăsat în urmă.

Dacă plecați din apartament în grup, împărțiți sarcinile de curățenie. Să faci curat într-un apartament ca să fie pregătit pentru inspecție este o sarcină importantă, iar plecările pe fugă, fără să fi petrecut destul de mult timp cu mănuşi de cauciuc şi mirosind a înălbitor, nu îi vor face pe foştii tăi colegi de apartament să te îndrăgească.

Diverse

Să dai dovadă de respect față de vecini înseamnă, în mare, să nu vorbeşti tare şi să nu asculți muzică cu volumul tare. S-ar putea ca aceştia să aibă copii sau slujbe care încep dimineața devreme şi nu vor aprecia faptul că te aud cântând karaoke la ora trei dimineața. De asemenea, exersează la pian, trombon, vioară la ore civilizate din zi (ține minte că unii nu consideră diminețile de duminică drept ore civilizate) şi pe perioade scurte.

Achită la timp costurile de întreținere a clădirii şi încearcă să participi la întâlnirile locatarilor. Nu lăsa gunoi pe coridoarele comune şi respectă regulile din clădirea sau complexul în care locuieşti.

Viața în cuplu

Continuă să spui „te rog“, „mulțumesc“ şi „îmi pare rău“. Faceți lucruri drăguțe unul pentru celălalt. Ține minte că persoana cu care îți împarți casa este şi cel mai bun prieten al tău, aşa că trăieşte cu ea ca atare. Dacă vă gătiți reciproc, anunțați-vă dacă nu veți ajunge la timp pentru cină, înainte ca celălalt să se apuce de gătit. Spălați cada de baie ca să îndepărtați firele de păr căzute. Oferiți-vă să vă preparați

reciproc câte o ceaşcă de cafea. Dragostea nu înseamnă să nu fii niciodată nevoit să spui că îți pare rău.

Să îți înşeli partenerul este proastă creştere din start, dar să faci sex cu altcineva într-un pat pe care îl împarți cu partenerul tău este un comportament murdar și de neiertat.

În apartamentele sau casele împărțite de cupluri, se va pune mai puțin accentul pe individual şi mai mult pe a fi împreună: împărțitul mâncării, unul găteşte şi celălalt spală vasele etc. S-ar putea să apară o împărțire firească a sarcinilor, dar împărțiți-le în mod egal, dacă ambii parteneri lucrează. În mod deosebit, încercați să vă amintiți că acela care a gătit nu ar trebui împovărat şi cu spălatul vaselor, iar să mănânci ultima pralină sau ultima mini-tartă nu e frumos, dacă sunt preferatele partenerului.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Fii sincer în ceea ce priveşte obiceiurile tale de viață şi în ceea ce priveşte casa atunci când le ceri altora să se mute cu tine.

2. Împărțiți sarcinile de curățenie. Elaborați un program prin rotație, dacă este nevoie.

3. Păstrați zonele comune curate, astfel încât colegii de apartament să poată invita alte persoane la ei acasă fără anunț prealabil.

4. Încearcă să fii tolerant dacă alții nu îți împărtășesc standardele înalte de curățenie şi fă puțin în plus dacă preferi ca lucrurile să fie făcute într-un anumit mod.

5. Evită certurile discutând cu calm problemele.

6. Nu lua alimente care nu îți aparțin. La nevoie, verifică mai întâi cu colegul tău de apartament dacă este acceptabil să o faci şi înlocuieşte mâncarea cât mai curând posibil, chiar dacă este un inconvenient pentru tine să procedezi astfel.

7. Nu aduce musafiri care să rămână peste noapte fără să ceri mai întâi permisiunea colegilor de apartament. În cazul iubiților, asigură-te că petreci la fel de mult timp în casa iubitului tău pe cât petrece el în a ta şi nu îi stingheri pe alții cât timp partenerul tău stă la tine.

8. Dormitoarele sunt zone private. Nu intra în dormitorul unui coleg de apartament fără să fii invitat, nu îl folosi ca dormitor de oaspeți şi nu împrumuta lucruri din el.

9. Înlocuieşte numaidecât lucrurile stricate care le aparțin colegilor tăi.

10. Când te muți, anunță-i pe colegi cu suficient timp înainte şi fă curat după tine înainte să pleci.

6. Cum să fii o gazdă şi un oaspete bun

În acest capitol, vei învăța:

• cum să organizezi o petrecere sau o cină festivă;

• cum să te descurci cu oaspeții dificili;

• cum să participi la o petrecere sau la o cină festivă fără să jigneşti pe alții;

• cum să fii un oaspete discret.

Cum să fii gazda unei cine festive

Ce să găteşti

Găteşte un preparat pe care crezi că invitații tăi vor dori să îl mănânce, nu unul care să îți etaleze propriile gusturi şi abilități culinare exotice. De asemenea, găteşte ceva ce ai mai pregătit; nu este momentul potrivit

să încerci un sufleu sau vreun preparat franțuzesc cu nume imposibil de pronunțat, pe care nu l-ai mai încropit niciodată până atunci. Dacă se întâmplă un dezastru, să ai la îndemână numărul de telefon al unui restaurant bun cu livrare la domiciliu. Pregăteşte preparate astfel încât să ai cât mai puțină bătaie de cap la trecerile dintre felurile de mâncare.

Găteşte mereu mai mult decât crezi că va fi nevoie în caz că vei avea parte şi de invitați neaşteptați sau de apetituri zdravene. Este mult mai bine, în termeni de etichetă, să iroseşti mâncare, decât să îți rămână oaspeții flămânzi la sfârşitul mesei.

Alergii şi cerințe alimentare speciale

Dacă unul dintre invitați te sună în prealabil ca să te avertizeze de o alergie, schimbă meniul planificat pentru toată lumea, astfel încât să eviți folosirea ingredientului cu pricina, mai degrabă decât să găteşti ceva special doar pentru invitatul cu sensibilitate. Astfel, cel care suferă de o alergie nu simte că te-a deranjat în vreun fel.

Este recomandabil ca atunci când faci cumpărăturile pentru cina festivă să iei ingrediente în plus pe care ți-ar plăcea să le consumi pe tot parcursul săptămânii care urmează. Aşadar, dacă invitatul uită să te avertizeze în legătură cu alergia de care suferă, strânge din dinți şi consolează-te cu gândul că ai frigiderul plin de mâncare pe care o poți oferi ca alternativă. Totuşi, aceasta ar însemna să îți depăşeşti cu mult datoria şi, sincer, dacă cel care suferă de o alergie nu te-a avertizat dinainte de problema pe care o are, ar trebui să se aştepte cel mult la pâine şi brânză.

În mod asemănător, vegetarienii ar trebui incluşi oferind un preparat pentru toți, care să poată fi servit sau nu cu carne în completare, satisfăcând astfel şi nevoile omnivorilor şi pe cele ale erbivorilor de la

masă. De exemplu, serveşte o cină cu vită şi pâine cu nuci. Ține însă minte că vegetarienii nu se vor lăsa păcăliți de legumele atent selecționate dintr-o oală în care au fiert împreună cu carnea şi este înțelept să ții minte că nici vegetarienii, nici veganii nu consumă peşte.

În zilele noastre, pe măsură ce dietele la modă au devenit norma, s-ar putea să fii confruntat şi cu cei care țin dieta Atkins; cu cei care mănâncă doar la anumite ore din zi; cu cei care trăiesc doar cu substanțele nutritive din milkshake-uri speciale; cu cei care vor să mănânce doar legume; cu cei care vor consuma doar un anumit tip de carbohidrați etc. În mod normal, conform etichetei, astfel de oameni nu ar trebui să se aştepte să le satisfaci nevoile, dar practic ar trebui să o faci. Dacă te informează de astfel de „cerințe", ca o gazdă bună ce eşti, trebuie să te străduieşti să le îndeplineşti nevoile modificându-ți planurile culinare, astfel încât să faci din mâncarea pe care o consumă ei parte din cina pentru toți (de exemplu, serveşte friptură şi piure de cartofi pentru cei care nu țin dieta Atkins şi doar friptură pentru cei care țin dieta Atkins).

Sună înainte să cumperi ingredientele pentru a verifica cu cel care ține o anumită dietă dacă ceea ce plănuieşti tu ar fi potrivit, întrucât, ținând cont de complexitatea anumitor diete, este uşor să greşeşti. Dacă, totuşi, pur şi simplu, nu este posibil să ții cont de solicitările speciale care au de-a face cu un anumit moment al zilei sau cu un anumit tip de mâncare (de exemplu, dieta bazată pe milkshake-uri), este corect să îți exprimi regretul și să sugerezi ca invitatul să se oprească doar pentru a servi o băutură sau aranjează să te vezi altădată cu persoana respectivă.

Aşezarea la masă

În cazul grupurilor de peste şase oameni, gândeşte-te puțin la acest aspect, întrucât devine imposibil să vorbeşti cu toată lumea pe tot

parcursul mesei. Băiat–fată–băiat–fată este norma după care ne ghidăm, dar nu este o regulă strictă, fiind recomandabil să îi distanțezi puțin pe cei cu păreri politice sau religioase puternice contradictorii sau pe cei care probabil vor intra într-un conflict (de exemplu, cei care au fost căsătoriți). Separă-i pe soți şi soții şi pe iubiți; se văd zilnic, iar aici ar trebui să fie pregătiți să socializeze pentru cina primită.

În cazul cinelor festive formale, cel mai important invitat de sex masculin stă lângă gazda de sex feminin, iar cea mai importantă invitată de sex feminin stă lângă gazda de sex masculin.

Cum să fii gazda unei petreceri

Invită mereu mai mulți oameni la petreceri. Din varii motive, care pot merge de la toxiinfecţie alimentară la faptul că nu mai vine bona şi până la apariția unei oferte mai bune (deşi, într-adevăr, acest motiv nu este deloc un semn de maniere), s-ar putea ca numărul planificat de invitați să se reducă la doar câțiva şi este datoria ta ca gazdă să asiguri un anumit număr de invitați pentru ca seara să fie antrenantă pentru cei care chiar îşi fac apariția.

Furnizează din abundență alcool uşor de servit, precum şi o alternativă fără alcool pentru cei care conduc şi pentru abstinenți. Apa nu este o alternativă valabilă.

Primeşte-i întotdeauna pe cei nepoftiți, dacă îl însoțesc pe vreunul dintre invitații tăi, indiferent că petrecerea se ține la tine acasă sau într-o locație alternativă. Nu se practică, însă, (nici nu este sigur) să îți deschizi uşa străinilor de pe stradă, deşi, dacă te simți binevoitor, s-ar putea să nu te deranjeze să o faci dacă vă aflați într-un bar, caz în care este o decizie personală rațională, mai degrabă decât o datorie.

Mențiuni speciale pentru gazdă

Fumat

Dacă tu nu fumezi în casă, nu trebuie să îi tolerezi pe alții care o fac. Ar trebui, însă, în sezonul rece, să fii pregătit ca invitații să fumeze pe o fereastră sau să stea în pragul uşii deschise. La petrecerile mari din propria casă, lasă un indicator pe uşa de la intrare prin care le ceri cu amabilitate oaspeților să nu fumeze înăuntru. Când cineva îşi aprinde o țigară înăuntru, nu fă un spectacol din faptul că ai observat asta şi aşteaptă ca un alt invitat să îi sugereze să meargă afară.

Droguri

În calitate de gazdă, este de datoria ta să te asiguri că toată lumea se simte bine. Dacă eşti amețit şi cel puțin unul dintre invitații tăi este treaz, este imposibil să faci asta, aşa că gândeşte-te cu atenție înainte să îți faci acest gest de bunăvoinţă.

Dacă observi că prietenii tăi consumă droguri şi ai prefera să nu o facă în casa ta, spune-le discret să se oprească. Când inviți persoane despre care se ştie că sunt consumatoare de droguri, sună-le înainte de eveniment ca să le menționezi că ai prefera să nu consume droguri pe proprietatea ta. Dacă, în orice moment, invitații îți refuză cererea de a nu se droga, le poți cere să plece.

Sfaturi privind îmbrăcămintea potrivită

Dacă îți dorești ca lumea să poarte un anumit tip de îmbrăcăminte la petrecerea sau la cina ta festivă, specifică acest lucru pe invitație. În cazul în care codul vestimentar ales de tine este neconvențional, s-ar putea să fie nevoie de o descriere mai detaliată a acestuia.

Când le scrii celor invitați într-un weekend petrecut în deplasare, spune-le ce fel de activități ai plănuit și dacă vreuna dintre ele sau vreun eveniment necesită un anumit cod vestimentar sau va presupune haine diferite de cele purtate în mod normal. Acest lucru le permite invitaților tăi să decindă bine privind tipul de îmbrăcăminte pe care să îl aducă la ei: cizme de ploaie și tenişi pentru un weekend în care ajută la fătarea mieilor la o fermă, de exemplu, și smoching pentru balul de seară de la hotel.

Cum să te descurci cu invitații beți

Dacă vreunul dintre invitații tăi exagerează cu băutura, oferă-i niște apă minerală. Dacă invitatul este prea beat ca să se prindă de aluzia subtilă, salvează-l, mai întâi, pe cel prins în conversație cu persoana beată, după care oferă-te să îi chemi un taxi celui care se leagănă pe picioare.

Dacă unui invitat i se face rău din pricina consumului excesiv de alcool pe proprietatea ta, eşti obligat să îi pui la dispoziție o cameră liberă în care să rămână peste noapte sau să îi asiguri litri întregi de apă potabilă, până când respectivul este îndeajuns de treaz ca să meargă acasă cu taxiul sau cu un alt prieten.

Cum să gestionezi atențiile amoroase

Gazdele petrecerilor sunt, deseori, ținte afective pentru seara respectivă, întrucât cel mai probabil că sunt, prin definiție, cele mai populare persoane din încăpere. Chiar dacă petrecerea a fost organizată întocmai cu scopul de a cunoaşte pe cineva special, nu este frumos să petreci seara pupându-te într-un colț ca un adolescent de treisprezece ani, întrucât acest lucru te va împiedica să te plimbi printre ceilalți invitați. În schimb, când chiar vrei să te apropii de unul dintre cei prezenți la petrecere, foloseşte-te de prilej pentru a stabili o dată pentru o întâlnire mai intimă.

Dacă un invitat face o mişcare nedorită la adresa ta, ignoră-l râzând şi scuză-te spunând că vrei să mergi la baie sau să saluți un alt invitat. Mărturiseşte-i unui prieten apropiat despre situația dificilă cu care te confrunți şi cere-i să te scape de discuţiile între patru ochi cu invitatul respectiv, pe măsură ce noaptea continuă şi se consumă tot mai mult alcool.

Când să îți iei rămas-bun de la invitați

În cazul petrecerilor cu mai mult de zece invitați, nu este necesar să conduci fiecare oaspete la uşă şi să îți iei rămas-bun de la ei pe măsură ce pleacă.

Când prietenii rămân la tine acasă

Poate fi obositor când oaspeții rămân peste noapte, dacă nu eşti bine pregătit. S-ar putea să nu ți se pară o sarcină grea să mai ai câteva persoane în casă înainte de sosirea lor, dar indiferent de cât timp îi cunoşti şi de cât de antrenanți ar fi, cel mai probabil că vei răsufla uşurat, când va veni vremea să plece.

Chestiuni elementare

Prezintă-le invitaților regulile casei zâmbind, pe măsură ce sosesc. De exemplu, menționează dacă fumatul este sau nu permis în casă; stabileşte un program rapid de folosire a băii, menționând dacă apa caldă este limitată; şi dacă plănuieşti să le oferi mâncare, spune-le la ce ore. Nu este necesar să renunți la propriul pat noaptea, dacă nu ai o cameră goală, dar trebuie să îți avertizezi invitații înainte să ajungă că vor dormi pe canapea sau pe un pat gonflabil. Oferă prosoape curate, o veioză, reviste care să îl facă fericit pe un insomniac şi o sticlă cu apă şi un pahar curat.

Asigură-le activități de făcut

Dacă invitații tăi stau mai mult de un weekend, nu trebuie să te oferi să îi hrăneşti la fiecare masă. Cu toate acestea, aşteaptă-te să te îngrijeşti de mâncare cel puțin la micul dejun şi încă o masă în fiecare zi. Explică limpede de care mese te aştepți ca invitații să se ocupe singuri. Ar trebui, însă, să oferi o şedere complet aprovizionată, dacă invitații tăi se află în compania ta un weekend întreg.

Ai fost de acord ca musafirii să stea la tine, nu să fii legat de ei fără nici o posibilitate de scăpare pe toată durata lungii lor şederi. S-ar putea ca

invitații tăi să nu cunoască bine zona şi atracțiile ei, aşa că, în timp ce serviți ceva de băut sau de mâncat, menționează activități care ar putea fi potrivite. Bineînțeles, dacă vrei, poți sugera să mergeți împreună, dar este rațional să aranjezi astfel încât, în cel puțin o după-amiază, o dimineață sau o seară la trei zile, invitații şi gazda să aibă posibilitatea de a dispărea unii din fața celorlalți, chiar dacă doar pentru câteva ore, ca să îți ofere puțin spațiu de respiro. Foloseşte o scuză de genul: „Chiar nu ar trebui să ratezi aşa ceva, dar eu am mai făcut-o şi, în plus, aşa voi avea şi eu şansa să dau drumul la maşina de spălat, să îmi sun sora, să plimb câinele“.

Când îți iei rămas-bun

Dacă oaspeții tăi pleacă la o oră rațională, adică după ora 9 dimineața şi înainte de ora 11 seara, este amabil din partea ta să fii prezent ca să le faci cu mâna din pragul uşii, dorindu-le drum bun, oferindu-le o gustare de ultim moment şi spunându-le ce încântare a fost să stea la tine (chiar dacă, de fapt, soacra ta, care este un adevărat coşmar, ți-ar fi dat mai puțin de furcă).

Cu toate acestea, dacă oaspeții tăi pleacă la ore absurd de matinale sau de târzii, nu trebuie să fii treaz. În schimb, ia-ți la revedere cu drag de la invitații tăi înainte să te duci la culcare, arată-le unde se află dulapul cu gustări şi frigiderul şi dă-le o cheie de rezervă cu care să încuie după ei şi pe care să o bage apoi în cutia poştală.

Când îți inviți prietenii în concediu

Gândeşte-te de două ori înainte să îți inviți prietenii să stea la tine peste weekend, dar gândeşte-te de trei ori înainte să îi inviți în concediu. Să îți inviți prietenii cu care să îți petreci timpul liber ar putea părea o idee grozavă acasă, dar s-ar putea să nu mai pară la fel de grozavă când sunteți plecați şi simți presiunea de a-i distra. Poate fi o experiență plăcută pentru toți dacă se stabilesc cu tact nişte reguli generale în timpul fazei de planificare; dacă se specifică clar ce anume va fi oferit şi ce nu; dacă este inclus suficient timp petrecut separat şi dacă se clarifică de la bun început modul în care vor fi administrate finanțele pentru săptămâna cu pricina.

Observație

Hotărâți pe rând activitățile de grup. Nu numai că astfel vă veți asigura că toată lumea are ocazia de a face ceea ce îşi doreşte să facă în concediu, dar evitați să puneți presiune asupra unei singure persoane să-i organizeze pe toți, în fiecare zi.

Cum să fii un invitat bun

Răspuns la invitații

Răspunde cu promptitudine la invitații, folosind acelaşi mijloc prin care le-ai primit. Răspunde la invitațiile în scris în cel mult patru zile de la primire. Răspunde la invitațiile primite prin e-mail sau mesaj

scris răspunzând la e-mailurile sau mesajele cu pricina. Dacă nu te poți hotărî în aceste patru zile, sună gazda ca să îi explici situația dificilă în care te afli şi întreabă dacă te poți decide mai târziu. Dacă uiți să răspunzi la o invitație, sună ca să îți ceri iertare şi să întrebi dacă invitația mai este valabilă.

Coordonare în timp

La cinele festive, fii punctual. Gazda probabil că a petrecut ore întregi ca să pregătească o masă somptuoasă şi, dacă întârzii mai mult de 15 minute, s-ar putea să strici totul. Dacă este cel mai probabil că vei întârzia, sună cât mai din timp ca să îți avertizezi gazda şi să îi îndemni pe toți să înceapă fără tine. Când ajungi, cere-ți scuze gazdei şi aşază-te în tăcere la locul tău la masă, încercând să nu atragi atenție asupra ta.

Nu ajunge mai devreme la cinele festive. Condu prin cartier sau fă-ți plinul la maşină ca să mai treacă timpul. Gazda ta probabil că va fi prinsă într-o panică de ultim moment ca să se aranjeze, să îşi aranjeze casa şi masa pentru compania pe care o va avea, iar faptul că este nevoită să distreze un invitat înainte de ora desemnată doar o va face să se frământe şi mai tare.

La petreceri poți să ajungi în orice moment de la ora exactă menționată pe invitație până la o oră mai târziu. Totuşi, dacă vei întârzia mai mult de o jumătate de oră, trimite-i gazdei tale un mesaj scris prin care o anunți că plănuieşti în continuare să participi.

În cazul weekendurilor petrecute în deplasare, dacă ți-a luat cel puțin două ore ca să ajungi acolo, poți ajunge de la o oră mai devreme până la o oră mai târziu (cu condiția ca gazda să nu pregătească o masă caldă pentru sosirea ta). Dacă ți-a luat mai puțin de două ore ca să ajungi acolo, soseşte la ora menționată (la nevoie, distrează-te prin sătucul local) sau cu o întârziere de cel mult o jumătate de oră. În orice

caz, dacă vei ajunge mai devreme, trebuie să suni ca să îți avertizezi gazda. Dacă vei întârzia mai mult de 20 de minute, este, de asemenea, politicos să suni înainte. Este mereu politicos să suni imediat ce ştii dacă vei ajunge mai repede sau mai târziu, dar dacă gazda te aşteaptă într-o gară, la aeroport sau într-o stație de autobuz, chestiunea aceasta este şi mai presantă.

Invitat la o cină festivă sau la o petrecere

Alergii sau cerințe speciale de dietă

Dacă vrei să participi la o cină festivă, sună-ți gazda înainte de termenul limită la care trebuie să dai răspunsul, ca să o anunți dacă ai nevoie de un anumit tip de mâncare. Încearcă să fii cât mai flexibil posibil: dacă poți întrerupe o dietă pentru o seară fără să distrugi întregul regim alimentar, de exemplu, ar trebui să o faci. Fii înțelegător față de faptul că s-ar putea ca gazda ta să nu poată schimba meniul, caz în care exprimă-ți regretul că vei rata ocazia de a fi în compania ei şi sugerează-i că ai putea trece să serveşti ceva de băut după încheierea mesei.

Nu poți suna ca să îți exprimi, pur şi simplu, preferințele. Dacă nu îți plac afinele şi la desert este o plăcintă cu mere şi afine, va trebui fie să o suporți, fie să pretinzi că ai mâncat prea mult din felul principal.

Vorbitul cu cel din stânga şi cu cel din dreapta ta

Când eşti la masă, vorbeşte cu cei aflați de-o parte şi de cealaltă a ta. Începe să vorbeşti cu vecinul tău de masă dintr-o parte şi acordă-i toată atenția. Când se schimbă felurile de mâncare, schimbă partenerii de conversație. Dacă devii captivat de conversația cu cea dintâi persoană, ar trebui să schimbi partenerii de conversație chiar înainte de desert. Atenție, însă, când schimbi partenerii, să nu existe cumva vreun plan să schimbe locurile între felurile de mâncare.

Subiecte de conversație politicoase

Hobby-uri, animale de companie (dacă aveți amândoi), copii (dacă aveți amândoi), muncă, unde locuieşti şi destinații de călătorie sunt toate subiecte de conversație adecvate (pentru mai multe detalii vezi capitolul 2, despre Arta de a face conversație). Evită politica, religia, banii şi afecțiunile medicale.

Cum să gestionezi comentarii jignitoare

Dacă cineva în tovărăşia căruia te afli face un comentariu incorect din punct de vedere politic, care denotă rasism, sexism sau homofobie, şi consideri acest lucru jignitor, gândeşte-te puțin înainte să răbufneşti. Comentariul a fost făcut în glumă sau cu seriozitate? Dacă a fost făcut în glumă, trece-l cu vederea: s-ar putea ca simțul umorului pe care îl are persoana respectivă să nu fie pe gustul tău, iar respectivul încearcă, pur şi simplu, să distreze, nu să ofenseze.

Dacă, însă, comentariul a fost făcut fără pic de amuzament sau umor, gândeşte-te ce este mai important: compania celor din jurul tău sau principiile tale? Chiar dacă ceea ce a spus respectivul este grotesc de

ofensator, s-ar putea să pierzi bunăvoința gazdelor tale şi pe cea a altor oaspeți dacă faci o scenă sau chiar şi pentru simplul fapt că faci atmosfera să fie puțin mai încărcată. Dacă alegi să îl înfrunți pe xenofob, rămâi cu principiile tale, dar pregăteşte-te să pleci cu prima ocazie care se iveşte şi să nu mai fii invitat din nou.

Cum să te îmbraci

Dacă pe invitație se specifică un anumit cod vestimentar, indiferent că este vorba de o ținută elegantă, formală sau informală, acceptă acest fapt pe deplin, întrucât o ajută pe gazdă să creeze atmosfera pentru eveniment. Dacă nu se specifică şi nu ştii sigur cum să te îmbraci, sun-o pe gazdă sau pe un alt invitat, ca să verifici ce ar fi considerat o ţinută potrivită pentru seară. Foloseşte-te de forma invitației ca indiciu: o invitație gravată mai mult ca sigur va denota o ținută black tie, în timp ce un mesaj scris cel mai probabil că va încuraja ținuta informală. Nu risca, însă: dacă te îndoieşti câtuşi de puțin, sun-o pe gazdă.

Când verşi ceva

Dacă verşi o băutură şi are de suferit doar o piesă de mobilier, începe să ştergi imediat masa sau mobila cu şervetul tău, ca să eviți îmbibarea fiecărui articol. Dacă băutura vărsată curge pe alt invitat, înmânează-le şervetul ca să se şteargă şi sari degrabă ca să găseşti altceva cu care să te ocupi de masă. Nu o şterge tu pe persoana pe care ai pătat-o, mai ales în zona inghinală. Dacă tu eşti destinatarul ghinionist al unui pahar de vin roşu în poală, gestionează situația cu bunăvoință. Scuză-te, curăță-te cum poți, vino-ți în fire şi întoarce-te la masă cu un zâmbet

şi un comentariu liniştitor, de genul: „Oricum nu mi-au plăcut niciodată pantalonii aceştia“. Minte, dacă trebuie; nu este momentul potrivit să dezvălui celorlalți că bunica ta ți-a cusut articolul respectiv de îmbrăcăminte, cu mânuța ei, pe patul de moarte.

Dacă băutura se varsă pe tine, ocupă-te mai întâi de masă, apoi cere-ți scuze şi du-te să te cureți.

Când aducem oaspeți în plus

Nu aduce niciodată un musafir nepoftit la o cină festivă. Aceasta îi include pe soți, copii şi animalele de companie. Nu îi cere gazdei clarificări: dacă numele acestora nu a fost menționat în invitație, trebuie să presupui că nu sunt bineveniți. Dacă te trezeşti pe neaşteptate într-o poziție care îți îngreunează posibilitatea de a participa fără compania altei persoane, următoarea mişcare va depinde de cât de bine o cunoşti pe gazdă. Dacă gazda se numără printre primii zece cei mai buni prieteni ai tăi, ai putea suna ca să îi explici situația şi să întrebi dacă o poți aduce şi pe persoana respectivă cu tine. Dacă gazda este de acord, se impune un cadou mare din partea ta, fie la sosire, fie trimis după ce plecați de acolo, cu mulțumiri specifice pentru ajutorul acordat în situația aceea dificilă. Dacă gazda spune că nu se poate, însoțitorul tău va trebui, pur şi simplu, să găsească o modalitate de a se distra pe cont propriu în seara cu pricina.

Dacă gazda nu se numără printre primii zece cei mai buni prieteni ai tăi, nu poți cere în ultima clipă să vii însoțit, iar prezența ta la cină rămâne în continuare obligatorie. Dacă ți se pare că timpul petrecut cu însoțitorul tău este necesar, explică-i gazdei situația, spunându-i de ce trebuie să anulezi în ultimul moment. Gazda se poate oferi sau nu să îl primească şi pe însoțitorul tău, dar, indiferent de rezultat, ai face bine să ai un motiv bun (şi nu se poate încadra la „oferte mai bune“; vezi în

continuare), căci dacă gazdei i se pare nejustificată acțiunea ta, cel mai probabil că nu vei mai primi o altă invitație.

La o petrecere unde nu se serveşte masa, dacă vrei să iei pe cineva cu tine, sună gazda şi verifică dacă este în regulă. La petreceri unde nu se serveşte mâncare, gazda cel mai probabil că nu va obiecta, dar, dacă o face cumva, acceptă-i decizia cu eleganță şi fără să te cerți.

Plângeri

Atrage-i atenția gazdei asupra anumitor probleme, doar dacă chestiunea cu pricina este un pericol pentru sănătate, de exemplu, dacă puiul este nefăcut.

Observație

Exprimă-ți plângerile mai degrabă ca nişte întrebări adresate gazdei, nu ca acuzații. De exemplu, spune: „Ți se pare că puiul este nefăcut?“, mai degrabă decât „Puiul nu este făcut“. Astfel, gazda se află într-o poziție în care deține controlul. Cel mai probabil că va verifica puiul servit tuturor invitaților. Dacă gazda nu este de acord cu tine, dar tu consideri în continuare că ai dreptate, mănâncă ce poți şi lasă în farfurie orice ți se pare că te-ar putea îmbolnăvi.

Complimente

Dacă o gazdă a organizat pe îndelete un eveniment la care ai participat, se aşteaptă la complimente şi le poți exprima în mod liber. Cu toate acestea, după masă, ar trebui să complimentezi întreaga masă, precum şi anumite elemente ale ei. Dacă lauzi doar anumite părți ale ei, se creează sugestia că restul mesei a fost un dezastru.

Oferte mai bune

La un moment dat sau altul, cu toții acceptăm o invitație doar ca să descoperim ulterior că a apărut o ofertă mai bună. Indiferent de discrepanța de valoare sau de companie, nu accepta niciodată oferta mai bună. Singura excepție este dacă oferta mai bună reprezintă o ocazie crucială în viața unui prieten, de exemplu, petrecerea lui de logodnă sau nunta lui, caz în care, cere-ți iertare de la prima persoană față de care ți-ai luat un angajament şi programează numaidecât o altă dată la care să vă vedeți, pe cheltuiala ta. Nu accepta niciodată o ofertă mai bună de ultim moment (în decurs de 24 de ore).

Acceptă-i pe cei timizi

Ajută gazdele, incluzându-i pe cei care par timizi sau neimplicați în distracție. Gazdele îşi fac griji că nu toți oaspeții lor se simt bine; dacă îi ajuți să îi includă pe toți în conversație, le vei mai alina temerea.

Observație

Ascultă cu atenție când vorbeşte o persoană timidă şi încearcă să direcționezi conversația înspre subiecte despre care îi este uşor să vorbească.

Intenții amoroase

Dacă se întâmplă să îți găseşti dragostea vieții la o petrecere, ți se permit un sărut discret, o conversaţie şi să faceți schimb de date de contact. Atât. Este nepoliticos să vă sărutați fățiş şi repetitiv în public, să găsiți un colț întunecos ca să vă pipăiți rapid sau să vă furişați într-un dormitor gol pentru ceva mai mult de-atât, întrucât toate acestea te îndepărtează de sarcina ta de invitat de a întreține atmosfera generală de petrecere. Asigură-te că intențiile tale amoroase sunt îndreptate doar către invitatul respectiv; la astfel de evenimente, mulți oameni se cunosc, iar lipsa ta de fidelitate va fi observată cu dezgust.

Cum să gestionezi atenția nedorită

Dacă o altă persoană de la petrecere pare să îşi dorească mai mult decât să vorbească cu tine şi atențiile ei nu sunt binevenite, include o altă persoană în conversație, după care evadează din conversația cu pricina. Dacă respectivul nu pricepe mesajul, zâmbeşte politicos şi explică-i că, pur şi simplu, nu cauți pe nimeni la momentul respectiv.

Priviri iscoditoare

Chiar dacă, în calitate de gazdă ar fi prostesc să laşi medicamentele pentru o afecțiune medicală intimă în dulapuri uşor accesibile din baie, ca invitat este de datoria ta să îți ignori curiozitatea faţă de viețile personale ale gazdelor tale. Nu-ți vârî nasul unde nu-ți fierbe oala.

Cum ştii când petrecerea s-a încheiat

Petrecerea s-a încheiat atunci când una sau mai multe gazde se duc la culcare; când gazdele cască întruna; când barul s-a golit; sau când toată lumea începe să se îmbrace şi se îndreaptă spre uşă.

Ne luăm rămas-bun

La petreceri, dacă gazda ta este ocupată cu un alt invitat şi sunt mai mult de 20 de persoane în încăpere, este acceptabil să faci cu mâna sau chiar să pleci fără să îți iei la revedere (totuşi, dacă procedezi astfel, este esențial să trimiți un mesaj de mulțumire). Nu ai de ce să îți iei rămas-bun de la fiecare persoană cu care ai vorbit, dar, dacă eşti bărbat şi sunt mai mult de patru femei în încăpere, încearcă să nu o săruți pe obraz pe prima, decât dacă vrei să mai stai jumătate de oră pe acolo, sărutându-le pe toate.

Musafir peste weekend

Indiferent cât de binevoitoare este invitația, atunci când se poate, cazează-te la o pensiune sau la un hotel din apropiere în loc să stai în casa gazdelor tale. Se reduce astfel stresul din partea ambelor părți implicate şi, în plus, după ce plăteşti pentru un articol spart şi îți duci gazdele într-o excursie de o zi şi la cină, practic, tot atât te costă.

Animale de companie şi alți membri ai familiei

Animalele de companie şi alți membri ai familiei nu sunt bineveniți dacă invitația nu îi include. Este oricum îndeajuns de greu să întreții o persoană sau un cuplu timp de un weekend şi fără anturajul lor de câini, pisici, hamsteri, peruşi şi sugari. Dacă nu te poți despărți de ele, cazează-te la o pensiune care acceptă animale şi vizitează-ți prietenul peste zi.

Adaptarea la stilul de viață al gazdei

Oamenii au obiceiuri diferite. Unora le place să doarmă până târziu, altora le place să se trezească devreme. Unora le place să facă duş, altora să facă baie. Unii se închină duminica mergând la biserică, alții se închină sticlei de alcool şi se îndreaptă spre cel mai apropiat pub. Indiferent de ritualul gazdei tale, adaptează-te stilului ei de viață în cele câteva zile în care te afli în vizită şi asigură-te că prezența ta nu îi schimbă rutina. Trezeşte-te mai devreme decât o faci în mod normal şi

distrează-te în linişte citind o revistă sau făcând o plimbare în timp ce aştepți să se trezească şi gazda. Asigură-te că propriile obiceiuri de-a face duş sau baie nu îți vor lăsa gazdele fără apă caldă.

Fă-te nevăzut!

Foloseşte ghiduri de călătorie şi internetul ca să afli informații despre locurile în care ai putea merge şi lucrurile pe care le-ai putea face în zona respectivă, ca să poți sugera anumite activități. Dacă gazda îți indică să întreprinzi una sau mai multe din activitățile cu pricina fără compania lor, nu te agita şi implică-te în activitatea sau excursia respectivă singur; s-ar putea ca gazda să îşi dorească puțin timp pe cont propriu.

Adu-ți haine potrivite

Chiar dacă gazdele tale nu îți precizează că ai avea nevoie de anumite tipuri de îmbrăcăminte pentru weekend, gândeşte-te puțin la mediul în care vei fi şi la ce îmbrăcăminte s-ar potrivi acolo. Vorbeşte cu gazdele tale şi întreabă-le de ce vei avea nevoie dacă nu eşti sigur. Dacă nu poți face asta, asigură-te că îți iei o pereche de adidaşi, o pereche de blugi, o jachetă impermeabilă şi o ținută potrivită pentru o petrecere cu cocktailuri.

Observație

Mai bine să împachetezi mai mult decât crezi că vei avea nevoie, decât să mergi îmbrăcat nepotrivit la unele dintre activități.

Curăță după tine!

Iată câteva ponturi utile, dacă eşti musafir în casa cuiva:

• Nu presupune că articolele din zonele comune ale casei sunt acolo pentru uzul tău, inclusiv cărțile şi CD-urile.

• Foloseşte o geantă pentru cosmetice pe care să o poți ține în camera ta, mai degrabă decât să le împrăştii prin baia gazdei tale.

• Dacă spargi ceva, mărturiseşte numaidecât şi plăteşte pentru daunele provocate sau înlocuieşte articolul cu pricina.

• Dacă nu există personal în casă, trebuie să te oferi să ajuți cu spălatul, dacă gazda te serveşte cu mâncare.

• Lasă toate lucrurile din casă aşa cum le-ai găsit. Împătureşte prosoapele şi fă patul, chiar dacă ştii că gazdele vor spăla totul în clipa în care pleci.

Observație

Gazda nu este servitoarea ta. Oferă-te să o ajuți cu pregătirea cinei, spală vasele şi fă curat după tine. Adu suficiente haine ca să nu fie nevoie să speli rufe, dacă stai maximum două săptămâni.

Îți plăteşti drumul şi îți cinsteşti gazdele

Gazdele tale nu ar trebui să plătească pentru toată şederea ta la ei, indiferent că stai în casa lor sau că îți petreci concediul cu ei. Pe lângă faptul că vei duce un mic cadou la sosirea ta şi vei trimite un cadou mai mare la plecare, cinsteşte-ți gazdele când se poate. Fă cinste cu prânzurile sau excursiile de o zi; la urma urmei, ei au avut inconvenientul de a-ți oferi cazare şi de a-ți asigura toate celelalte mese.

Când îți iei rămas-bun

Pleacă înainte să stai mai mult decât eşti binevenit. Mulțumeşte gazdelor şi oferă-te să le întorci curând favoarea. Dacă trebuie să pleci la o oră inconvenabilă, nu te aştepta ca gazdele tale să se trezească pentru a-ți face cu mâna. Dacă se oferă, insistă să nu se trezească.

Mențiuni speciale pentru musafir

Fumat

Nu fuma în casa gazdei tale, doar dacă îşi aprinde chiar ea o țigară. Nu cere permisiunea să fumezi. Chiar dacă s-ar putea ca gazdele tale să nu obiecteze, nu fuma pe o fereastră sau în pragul uşii, întrucât există probabilitatea ca fumul să intre în casă. Ieşi din casă pentru a fuma şi închide uşa după tine. Nu arunca niciodată mucurile în grădina gazdei. Cere-i gazdei o scrumieră; nu presupune niciodată că ai putea folosi o cană sau o farfurie. Nu îți aprinde niciodată o țigară înainte ca o masă să se termine cu totul.

Observație

Dacă eşti fumător, în calitate de gazdă, dă exemplu de unde este acceptabil să fumezi. Nu îți aprinde țigara în casa ta, dacă nu vrei ca toți ceilalți să procedeze la fel.

Consum de alcool şi scuze ulterioare

Consumă alcool cu moderație. Dacă uiți de partea aceasta, încearcă să îți aminteşti că, dacă începi să vorbeşti nedesluşit sau să cazi, este bine să bei un pahar mare cu apă şi să te duci acasă. Dacă un prieten sugerează să îți cheme un taxi, acceptă-i oferta. Nu trebuie să îți ceri scuze pentru mersul împleticit şi vorbitul nedesluşit dacă ți-ai păstrat

dispoziția jovială. Dacă, însă, la trezire îți amintești (sau ți se spune) că ai devenit agresiv, posomorât sau că ai vomitat la eveniment, cere-ți scuze numaidecât. Trimite un bilet scris de mână şi un buchet mare de flori sau un alt dar, cerându-ți iertare că ai dat iama un pic cam tare în sticlă, poate menționând chiar că te distrai atât de bine, încât nu ți-ai mai dat seama cât ai băut.

Cum ne descurcăm cu invitații beți

Dacă observi că un alt invitat a băut prea mult alcool, ajută-l să îşi ascundă starea în care se află. Spune-i invitatului beat că te duci să îți iei un pahar cu apă şi oferă-te să îi aduci şi lui unul. Oferă-te să îl duci pe cel beat acasă, împărțind un taxi sau ducându-l tu cu maşina.

Mesaje de mulțumire şi cadouri

Mesajele de mulțumire ar trebui trimise în decurs de 24 de ore, oricum, mai bine mai târziu decât niciodată. Forma mesajului de mulțumire depinde de cât este de oficial evenimentul la care ai participat şi de vârsta gazdei. Dacă gazda are sub 35 de ani şi a fost un eveniment informal, un mesaj scris pe telefon sau un e-mail va fi suficient. Dacă gazda are peste 35 de ani sau evenimentul a fost unul formal, se impune un bilet scris de mână. Biletul nu trebuie să fie lung, dar ar trebui să fie personal şi laudativ la adresa serii. De exemplu:

Dragă Oana şi Cristi, (se omite în cazul mesajelor scrise pe telefon)

Vă mulțumim foarte mult pentru o seară încântătoare; chiar gătiți delicios. Gluma lui Tibi despre oaia aceea a fost cel mai amuzant lucru pe care l-am auzit în ultima vreme.

Sper să ne revedem curând,

Liviu şi Mirela

În situațiile în care gazdele s-au dat puțin peste cap pentru tine, de exemplu, pentru că ai întârziat sau ai rămas peste noapte, mesajul de mai sus ar trebui să însoțească un cadou (vezi în continuare).

Cadouri

Cele mai bune cadouri sunt cele în cazul cărora persoana care le dăruieşte a ținut cont de gusturile destinatarului şi a oferit ceva la care este evident că s-a gândit mult timp. Există, însă, câteva opțiuni din oficiu care nu se demodează niciodată: flori, ciocolată şi alcool.

Spre deosebire de cadourile oferite la ocazii speciale, cele dăruite gazdelor nu trebuie împachetate, iar cei care le dăruiesc nu ar trebui să se aştepte la mesaje de mulțumire. Cadourile pentru gazde pot fi dăruite la începutul evenimentului sau livrate după eveniment. Dacă vrei să dăruieşti un cadou în timpul evenimentului, nu aduce nimic care să necesite să i se acorde numaidecât atenție, cum ar fi flori tăiate, ci adu unele care au deja un vas cu apă sau o plantă în ghiveci. Dacă

aduci praline de ciocolată sau vin drept cadou, înmânează-le cu un comentariu de genul „păstrează-le pentru mai târziu; vei avea nevoie de ele după toată munca grea depusă“ sau cu o altă replică subtilă, ca să explici că nu te aştepți ca gazda să le deschidă în timpul evenimentului respectiv.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Ca musafir, dacă accepți o invitație la o cină sau un prânz, informează-ți numaidecât gazda dacă ai anumite cerințe speciale de dietă. Ca gazdă, fă tot posibilul să ții cont de cerințele de dietă ale oaspeților tăi fără să pară că ai făcut un efort special în acest sens.

2. Nu trebuie să tolerezi fumatul şi consumul de droguri în casa ta.

3. Când rămân prieteni peste noapte, spune-le regulile casei de la început.

4. Când îți inviți prietenii în concediu, stabiliți de la început partea de gestionare a finanțelor, cât de mult timp veți petrece separat şi ce anume va fi şi ce nu va fi oferit din oficiu.

5. Răspunde cu promptitudine la invitații.

6. Ajută-ți gazdele încercând să îi incluzi pe musafirii timizi în conversații sau activități.

7. Pleacă sau retrage-te la culcare când gazda pare obosită.

8. Animalele de companie şi membrii familiei nu sunt incluşi în invitații, decât dacă sunt menționați în mod explicit.

9. Pentru şederile mai lungi, fă-le cinste gazdelor cu cine în oraş şi excursii de o zi, ca să te revanşezi pentru cheltuielile şi inconvenientele provocate de faptul că te găzduiesc.

10. Trimite mesaje de mulțumire după eveniment.

7. Aspect personal

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să te îngrijeşti;

• cum să te îmbraci adecvat pentru evenimente zilnice, la muncă sau pentru evenimente formale.

Se spune deseori că nu ar trebui să judeci o carte după copertă. Problema este, însă, că o carte cu o copertă colorată şi o prezentare cu recenzii nemaipomenite scrise cu litere mari are mai multe şanse să îți capteze atenția şi să o răsfoieşti decât una cu coperta gri, ruptă şi o prezentare seacă. La fel este şi cu oamenii.

Tipul nebărbierit din supermarket, cu părul încâlcit şi nepieptănat, cu o şosetă mov şi una gri, cu pantaloni de catifea reiată pătați şi un hanorac rupt ar putea foarte bine să fie deopotrivă profesor de astrofizică la Cambridge sau un vagabond local, dar numeroşi oameni probabil că nu vor risca (nici nu vor aloca timp) ca să afle.

Poate că pe profesorul de astrofizică nu l-ar deranja să fie abordat şi s-ar putea să îi placă felul lui mai ciudat de a fi. În unele profesii, unii consideră chiar că, dacă se îmbracă inferior statutului lor sau mai ciudat, este, de fapt, un semn de inteligență; o etalare vizuală a aroganței intelectuale: un simbol al faptului că persoana cu pricina nu trebuie să se sinchisească cu banalități precum îmbrăcatul într-un mod potrivit, întrucât creierele lor neutralizează importanța oricărei

frumuseți exterioare. Cu toate acestea, pentru majoritatea, pe lângă faptul că devii, pur şi simplu, mai abordabil, să te îmbraci bine este un semn de respect față de cei cu care te întâlneşti. Merită din plin şi să menționăm faptul că până şi profesorul genial de astrofizică nu ar îndrăzni să se ducă la cursul lui îmbrăcat doar în chiloți tanga, chiar şi de-ar fi descoperit o nouă planetă.

Mai jos sunt câteva reguli pentru o ținută şi o îngrijire sigure, care să denote respect. Doamna sau domnul din epoca modernă ar putea simți nevoia de a-i da un ceva în plus unei ținute, în concordanță cu scopul modei şi al stilului actual, iar această carte nu îşi doreşte câtuşi de puțin să îi convingă altminteri. Cu toate acestea, înainte să împingi limitele prea departe, adu-ți aminte că uneori este mai important şi mai respectuos să te îmbraci cum ar vrea alții să o faci decât să te îmbraci într-un mod în care să îți afirmi individualitatea.

Îngrijire personală

Bărbați şi femei

Găseşte un frizer care să te tundă într-un stil actual şi vizitează-l măcar o dată la două luni; chiar o dată la şase săptămâni, dacă reuşeşti. Oferă-i frizerului instrucțiuni privind lungimea părului, dar, în afară de aceasta, ai încredere în el. S-ar putea să te doară emoțional să renunți la tunsoarea care a făcut-o pe prima ta iubită/l-a făcut pe primul tău iubit să leşine în anii 1980, dar este dureros pentru toți ceilalți să fie nevoiți să privească această caricatură de tunsoare 20 de ani mai târziu. Bărbați, atenție! Nici măcar lipiciul Super Glue nu vă va ține părul lipit de scalp într-o zi cu vânt aprig dacă insistaţi să credeţi că o chelie poate fi mascată de o simplă suviţă.

Îngrijeşte-ți mâinile şi picioarele. Aplică cremă hidratantă în mod regulat, îndepărtează-ți pielea aspră şi taie-ți unghiile de la mâini şi de la picioare, pileşte-le şi curăță-le. Nu îți roade pielea din jurul unghiilor: degetele sângerânde sunt la fel de inestetice precum unghiile murdare. Tratează infecțiile, cum ar fi verucele sau negii, cu promptitudine, pentru a evita să se răspândească la alții.

Nu te îngriji niciodată în public. Nici măcar membrii cu cele mai tari stomacuri ai publicului nu ar trebui să fie prezenți când îți spargi coşurile, îți tai unghiile şi părul din urechi sau te dai cu fond de ten în autobuz, la ora de vârf.

Femei

Îndepărtează cu totul părul de la axile şi cel de pe picioare până unde îți vine cel mai scurt tiv. Rade-l, epilează-l cu ceară, depilează-l sau arde-l cu ajutorul unei creme, orice metodă îți convine, dar îndepărtează-l. Egalitatea şi antifeminismul nu sunt subiectele discutate aici. Nici femeile, nici bărbații nu vor să îți vadă picioarele acoperite de desiş.

Machiajul aplicat cel mai bine este întotdeauna cel care pare natural. Nu te lăsa tentată de ideea de a te da cu un fond de ten de o nuanță mai închisă decât ai tu pielea, ca să pari bronzată. Ține minte că machiajul, asemenea frizurilor, se poate demoda. Aruncă rujul acela roz sidefat şi pantofii platformă din anii 1990.

Păstrează-ți unghiile curate şi de o lungime practică. Dacă le dai cu lac, gândeşte-te bine ce culoare alegi, optând pentru o culoare deschisă sau pentru o manichiură franțuzească la muncă. Unghiile mai închise la culoare pot lăsa impresia de vampă, aşa că gândeşte-te la asortarea lor cu restul ținutei alese. Şterge lacul de pe unghii imediat ce începe să se cojească.

Observaţie

Ținutele şi îngrijirea personală elaborate te pot face să arăți grozav, dar scopul ar trebui să fie să arăți curat. Dacă ai dubii, optează mai degrabă pentru simplitate.

Bărbați

Îndepărtarea părului are mai mult de-a face cu calitatea, decât cu cantitatea. Dacă ai ales să îți lași orice formă de păr facial, ține-l tuns şi îngrijit. Dacă nu, bărbiereşte-te în fiecare dimineață şi, dacă îți creşte repede la loc, gândeşte-te la varianta de a-ți lua la tine o trusă de bărbierit de călătorie, ca să te razi înainte de întâlnirile de după-amiază sau de seară. Dar pentru tine îndepărtarea părului presupune mai mult de-atât. Pe măsură ce îmbătrâneşti, s-ar putea ca părul tău să înceapă să migreze de pe cap în alte locuri de pe corp, lăsându-te cu o înfățişare de vârcolac chel. Dacă devii tot mai păros, pensează-te şi tunde-ți părul din nas şi din urechi.

Păstrează-ți unghiile scurte. Poate că Eddie Izzard reuşeşte să o scoată la capăt cu lăcuitul unghiilor, dar, chiar şi în aceste vremuri moderne, unghiile date cu lac în cazul bărbaților nu fac parte din înfățişarea unui gentilom bine îngrijit. Ia în calcul varianta de a merge la o manichiuristă ca să ai mâini pe care bărbații să îşi dorească să le strângă, iar femeile să îşi dorească să le țină.

Observaţie

Nu doar femeile trebuie să se îngrijească!

Igienă personală

Bărbaţi şi femei

Fă duş în fiecare dimineaţă şi spală-te bine pe păr, folosind un şampon antimătreaţă la nevoie. Dacă transpiri mult sau ai făcut orice fel de exerciţiu fizic pe parcursul zilei, mai fă o dată duş. Foloseşte un deodorant antiperspirant. Nu este o „strălucire“ aparte, ci transpiraţie, care va mirosi când se usucă.

Dă-te cu parfum sau apă de colonie, dar aplică-le cu reţinere, astfel încât doar cei care te îmbrăţişează să le poată simţi. Nu te da niciodată cu parfum sau apă de colonie în public. S-ar putea ca ceea ce tu şi partenerul tău consideraţi ca fiind sexy, altora să li se pară inducător de şoc anafilactic, iar alţii ar putea crede chiar că aduce a urină de pisici.

Spală-te cu regularitate pe mâini pe tot parcursul zilei pentru a evita răspândirea microbilor, dar mai ales după ce ai fost la toaletă şi înainte să mănânci. Foloseşte săpun şi săpuneşte-te cel puţin 15 secunde, acordând atenţie zonei de sub unghii şi dosului mâinilor.

Observație

În timp ce te săpunești, cântă în minte „Mulți ani trăiască“ de două ori. Asta durează cam 15 secunde, intervalul de timp în care ar trebui să te speli ca să ai mâinile cu adevărat curate.

Scobește-te în nas și în urechi înainte să pleci de acasă. Dacă trebuie să o faci, fă-o în intimitatea băii tale sau într-o toaletă publică, nevăzut de alții. Spală-ți bine mâinile (conform descrierii de mai sus) după aceea.

Spală-te pe dinți și folosește ața dentară. Folosește și apă de gură. Respirația urât mirositoare este deseori provocată de acumularea de alimente aflate în descompunere între dinți. Ia în calcul varianta de a cumpăra o sticlă de apă de gură de călătorie, pe care să o folosești pe tot parcursul zilei. Acceptă o bomboană mentolată ori de câte ori ți se oferă una.

Îmbrăcăminte de zi cu zi

Când ne alegem îmbrăcămintea de zi cu zi, etalăm în fața străinilor o străfulgerare ispititoare a personalității noastre. În alte ocazii, îmbrăcămintea funcționează pe post de uniformă care leagă laolaltă membrii unui grup prin îmbrăcămintea lor formală.

Lenjerie

Lenjeria ar trebui purtată pe sub haine. Bretelele de la sutiene nu ar trebui să se vadă până nu eşti pregătită să arăți şi restul; chiloții nu ar trebui să fie vizibili deasupra beteliei pantalonilor; jartierele ar trebui purtate doar cu fuste suficient de lungi ca să le ascundă în totalitate. Asigură-te că porți lenjerie în stare bună; nu ştii niciodată când se va ivi ocazia să te mândreşti cu ea. Chiloții de mamaie nu sunt articole de îmbrăcăminte frumoase. Lenjeria ta ar trebui să fie şi funcțională. Măsoară-te o dată pe an pentru mărimea la sutien şi poartă chiloți care respiră. Chiloții aurii din nailon şi poliester poate că arată grozav, dar lucrurile se vor încinge şi umezi puțin acolo jos.

Mai presus de toate, poartă lenjerie. Dumnezeu ştie ce poți răspândi, lua, picura sau păta fără ea.

Haine casual

Casual nu înseamnă neîngrijit. Cele mai bune haine casual sunt confortabile, adecvate vremii şi arată bine. Nu sunt rupte, pătate sau acoperite de găuri de la uzura normală.

Îmbrăcămintea casual poate fi la modă, iar aici opțiunile sunt nelimitate, dar, indiferent că alegi să te îmbraci în stil gotic sau ca un fotomodel aspirant, hainele trebuie să fie curate, în stare bună şi potrivite pentru privirile copiilor. În plus, cel mai bine este să nu încurci îmbrăcămintea casual cu îmbrăcămintea sport (vezi în continuare): cel mai bine este să laşi treningurile şi pantalonii scurți elastici pentru sport.

Pantofii ar trebui să fie confortabili. În funcție de ocazie sau de sarcina de îndeplinit, se pot purta adidaşi, dar la evenimente la care se precizează un cod vestimentar „casual“, este mai sigur să porți alt gen de pantofi.

Îmbracă-te casual când ai de îndeplinit sarcini şi de participat la evenimente informale, cum ar fi mersul la cumpărături şi mersul în vizită la prieteni. Articole adecvate înseamnă orice în afară de haină de costum şi cravată, dar cel mai bine ar fi să eviți tricourile cu mesaje jignitoare, articolele transparente şi fustele îndeajuns de scurte cât să se vadă celulita.

Materialele care se pot spăla la maşină, cum ar fi denimul sau bumbacul, sunt cele mai sigure haine „casual“, dar se pot purta şi articole mai delicate, cum ar fi cele din lână şi caşmir, dacă au un design simplu (de exemplu, fără paiete adăugate).

Îmbrăcăminte sport

Când faci sport, poartă haine potrivite pentru exerciții fizice şi pentru mediul în care faci sport. Poartă haine create pentru a face sport, nu doar cel mai vechi şi mai ponosit tricou al tău. Ia în calcul posibilitatea de a purta culori închise, nu deschise, întrucât acestea ascund mai bine petele de transpirație. Începe cu un set curat de haine, chiar dacă ştii că va trebui să le speli până la sfârşitul sesiunii de antrenament.

Poartă adidaşi care îți susțin picioarele şi lenjerie care susține orice părți ce necesită susținere (atât la bărbați, cât şi la femei). Respectă regulile casei referitoare la tipul de talpă permisă la pantofi, întrucât unele pot deteriora pardoseala sau suprafața terenului. Aşteaptă-te ca lumea să se holbeze dacă porți un body elastic strâmt, de tip tanga, cu paiete sau orice altceva de genul acesta. Denimul nu este adecvat, întrucât este restrictiv.

La sală şi afară, articolele care se ridică şi lasă să se vadă mai mult decât ți-ar plăcea să se vadă într-un club de noapte nu sunt potrivite.

Afară, poartă haine în care să îţi fie suficient de cald. Iarna, poartă un costum de jogging, un hanorac şi mănuşi uşoare. Vara, poartă pantaloni scurți şi un tricou. Din nou, asigură-te că eşti încălțat potrivit.

Când urmăreşti activităţile fizice ale altora, cum ar fi un meci de fotbal, hainele potrivite seamănă cu cele descrise mai sus ca fiind casual, dar un pic mai mult cu îmbrăcămintea sport pentru afară şi sunt îmbunătățite din punct de vedere al adecvării cu vremea.

Costume de baie

Ține minte că te afli pe plajă sau într-o piscină, nu pe platoul de filmare al unui film porno. Bineînțeles, poartă bikini şi, respectiv, slip de tip chilot (dacă este musai, deşi bermudele ți-ar aduce puncte la capitolul stil), dar evită tanga şi articolele de îmbrăcăminte din piele sau PVC, chiar dacă aceasta înseamnă că trebuie să te îndrepți spre o plajă de nudişti. Ține minte şi că albul devine transparent când este ud, dacă materialul nu este bine căptuşit. Verifică de două ori, înainte să îți dai jos vreun articol din costumul de baie, dacă topless-ul sau nudismul este norma acceptată pe plaja respectivă. Şi, dacă este o plajă pentru nudişti, şi toți cei din jurul tău îşi dau la iveală urmele albe, când eşti printre lupi…

Nu înlocui niciodată costumul de baie cu lenjeria intimă.

Observaţie

Este important să ți se potrivească costumul de baie. Dacă ți se ridică sau îți alunecă, vei da la iveală mai mult decât este considerat decent în public.

Smart casual

În cazul bărbaților, aceasta înseamnă că trebuie să poarte ceva cu guler, indiferent că este vorba de un tricou polo sau de o cămaşă. Chiar dacă definiția va varia în funcție de vârstă şi de ocazie, este mai sigur să porți pantofi potriviţi (nu adidaşi sau şlapi) şi o pereche de pantaloni lungi care să nu fie făcuți din denim. Nu ar trebui să porți cravată; un pulover (nu hanorac cu glugă) sau un cardigan va fi suficient şi poți purta jachetă.

În cazul femeilor, înseamnă o rochie puțin mai elegantă decât o îmbrăcăminte „casual“. Evită pur şi simplu denimul, adidaşii şi hanoracele cu glugă.

Ţinută de serviciu

În funcție de locul de muncă, vor fi potrivite diferite stiluri de îmbrăcăminte. Casele de modă şi revistele nu şi-ar imagina vreodată să îşi forțeze angajații să îşi încătuşeze creativitatea într-un costum închis la culoare, în timp ce locurile de muncă care oferă servicii financiare nu ar lăsa o ținută informală, cum ar fi un tricou polo, să treacă de pază.

Dacă nu există o uniformă sau un cod vestimentar specificat, îmbrăcămintea de serviciu „sigură“ respectă norma prestabilită de cei

care lucrează deja în cadrul companiei. Optează mai degrabă pentru formalitate, până te vei fi obişnuit cu ceea ce este considerată a fi o îmbrăcăminte acceptabilă la locul tău de muncă.

Business casual

Business casual este acum codul vestimentar standard al majorității instituțiilor nonfinanciare. Învățători, doctori şi jurnalişti deopotrivă se îmbracă acum astfel zi de zi, păstrând îmbrăcămintea formală (vezi în continuare) pentru şedințe şi interviuri. Ca regulă generală:

• Partea de sus: Fără decolteuri adânci, iar părul de pe piept nu ar trebui să fie vizibil.

• Partea de jos: Fără blugi, pantaloni de camuflaj sau de tip cargo, fuste mini (linia tivului vine mai sus de aproximativ cinci centimetri deasupra genunchiului) sau pantaloni scurți, mai puțin în cazurile în care se precizează în mod explicit că este vorba de un cod vestimentar casual.

• Pantofi: Fără pantofi cu toc înalt nepractici, şlapi sau pantofi sport.

• În general, evită culorile fluorescente sau articolele de îmbrăcăminte excesiv de încărcate sau țipătoare, cum ar fi cele cu imprimeu mare cu logo-ul designerului sau paiete şi material lucios.

Costumele sunt prea formale pentru acest cod vestimentar, deşi se pot purta haine de costum pentru a conferi ținutelor casual un aspect mai elegant. Numeroase companii definesc ce înseamnă o ținută business casual în cazul angajaților lor, caz în care urmează întocmai îndrumările lor, considerând-o mai degrabă un fel de uniformă nestructurată.

Ținută de afaceri formală

Acest tip de ținută se poartă zi de zi doar în funcțiile cel mai puțin creative, care au de-a face cel mai mult cu publicul, cum este cazul avocaților şi al celor care lucrează în domeniul finanțelor. Cel mai probabil că angajații sau cei cu alte profesii vor purta acest fel de ținută la conferințe sau la întâlniri oficiale.

Articolele de îmbrăcăminte adecvate pentru femei includ:

• Costume de afaceri: partea de sus şi cea de jos se asortează ca material şi culoare – gri, negru, bleumarin –, în culori solide sau cu dungi uşoare; costumele cu pantaloni ar trebui să fie cambrate, mai degrabă decât strâmte; costumele cu fustă sau rochie sunt considerate în continuare mai formale, dar ar trebui să vină de la aproximativ doi centimetri şi jumătate deasupra genunchiului, până la jumătatea gambei.

• Colanții sau dresurile de culoarea pielii sau negri, pentru a se asorta cu costumul.

• Pantofi închişi în vârf, asortați la culoare cu costumul, cu talpă joasă sau toc plat; fără paiete sau ornamente.

• Bluză sau cămaşă: călcate şi curate; culori uni şi fără tipare care să distragă atenția.

• Poartă un sutien care susține bine şi care nu se vede şi minimul de bijuterii (cercei mici, lănțişoare cu pandantiv). Părul şi unghiile ar trebui să fie curate şi de culoare naturală, iar machiajul discret. Evită să afişezi etichete de designer şi haine cu volănaşe sau stiluri care ar fi considerate sexy.

Articole de îmbrăcăminte adecvate pentru bărbați:

• Costum de afaceri: haina cât să acopere doar zona inghinală şi turul pantalonilor – gri, bleumarin sau negru – în culoare uni sau cu dungi subțiri. Reține că costumele la două rânduri pot părea neîngrijite când stai jos.

• Cămaşă: călcată; de culoare închisă sau pastel, asortată.

• Vestă (opțional, dar o alternativă mai sigură într-o zi fierbinte, pentru a ascunde petele de sudoare).

• Curea: neagră, asortată cu pantofii (evită curelele mari şi țipătoare cu logo-uri vizibile).

• Şosete: închise la culoare, asortate cu costumul, niciodată şosete sport.

• Cravată: călcată şi asortată la haină şi cămaşă; vârful cravatei ar trebui să atingă partea de sus a curelei.

• Pantofi: de obicei, din piele, negri, asortați cu cureaua, curați şi lustruiți; nu bocanci.

• Evitați etichetele de designer aflate la vedere, bijuteriile şi ceasurile țipătoare.

Ținută pentru interviurile de angajare

Intervievatorii decid nu doar în funcție de ceea ce spui, ci şi în funcție de înfățişarea şi de limbajul tău corporal, pentru a evalua dacă te potriveşti sau nu pentru postul respectiv. Dacă nu ştii sigur ce îmbrăcăminte se aşteaptă să porți la interviu, optează mereu pentru formalitate (de exemplu, ținuta business formală descrisă mai devreme). Chiar dacă codul vestimentar ar putea fi „visul denimului“ după ce începi lucrul, mulți intervievatori s-ar putea să se aştepte în continuare să vii îmbrăcat la patru ace, ca la procesul de evaluare.

Când îți alegi ținuta pentru un interviu, gândeşte-te ce s-ar purta zi de zi la slujba respectivă şi, apoi, optează pentru o versiune de ținută mai elegantă, mai formală decât aceasta. Îmbracă-te aşa cum ai face-o pentru o întâlnire cu un client important, dacă ai primi slujba. Numeroşi intervievatori te judecă în funcție de cum vor crede că te vor percepe clienții lor. Intervievatorii pentru funcții creative, cum ar fi designerii vestimentari, de exemplu, ar fi decepționați şi îngroziți dacă un intervievat şi-ar face apariția într-un costum gri şi cravată asortată, dar angajații din domeniul financiar ar refuza numaidecât un candidat dacă acesta ar purta o ținută Gucci, cu umerii goi, de un roz neon. Indiferent de postul în cauză, nu purta niciodată haine decoltate, adidaşi, îmbrăcăminte sport sau denim la un interviu de angajare.

Ținută formală

Ținută cu frac (white tie)

Aceasta reprezintă cel mai formal cod vestimentar de seară şi, aproape sigur, va fi menționat pe invitație la evenimentul unde ți se solicită participarea. O să porți frac la dineuri cu şefi de stat, la baluri şi la unele evenimente universitare formale.

Bărbații ar trebui să poarte următoarele:

• *frac negru cu căptuşeală de mătase*

• *pantaloni negri cu una sau două dungi de satin la vipușcă*

• cămaşă albă cu plastron în față

• guler alb cu laterale întărite

• papion alb

• vestă albă decoltată

• şosete negre lungi

• pantofi negri din piele lăcuită

• medalii, panglici sau alte decorații, dacă există un istoric militar, politic sau regal

• îmbrăcămintea de exterior ar include un joben negru din mătase, o capă sau manta.

În cazul femeilor, o rochie formală lungă şi bijuterii reprezintă ținuta lor white tie de bază. Rochia (sau rochia de bal) este în mod tradițional o rochie cu fustă care ajunge cel puțin până la glezne. Dacă se vor

purta „decorații oferite de stat“, acestea vor fi etalate pe o fundă prinsă în piept, iar femeile căsătorite vor purta o tiară, dacă au una.

Deşi bijuteriile, cum ar fi cerceii, colierele, inelele şi brățările sunt recomandate, un ceas nu este considerat a fi un articol adecvat şi cel mai bine ar fi să fie ținut într-o geantă plic şi consultat cu discreție.

Observație

Ținuta white tie necesită considerabil mai mult efort, şi cel mai probabil şi cheltuială, decât ținuta black tie, dar cele două nu sunt interşanjabile.

Ținută cu smoching (black tie)

Ținuta black tie se poartă la evenimentele de seară formale. De la bărbați se aşteaptă să poarte smoching. Ținuta black tie se poartă aproape exclusiv la evenimentele de seară, la unele dineuri private şi publice, baluri şi petreceri formale. Asemenea ținutei white tie, dacă se doreşte o ținută black tie, ar trebui să se specifice pe invitație. Dacă rămâne loc de interpretări, o apelare rapidă a gazdei te va salva de orice situație jenantă.

La bărbați, elementele unei ținute de tip black tie sunt:

• o haină neagră scurtă, cu rever din mătase (striată) sau satin; hainele la un singur rând au unul sau doi nasturi

• pantaloni negri cu o dungă din mătase sau vipușcă pe fiecare crac (fără găici pentru curea sau manşete suflecate)

• cămaşă albă cu partea din față plisată (de obicei, închisă cu nasturi de tip buton şi butoni la manşete)

• papion negru din mătase (nu prelegat, oricât de mult ar dura să îl legi)

• centură lată neagră (cu pliurile cu fața în sus) sau o vestă decoltată (opțional)

• şosete negre

• pantofi negri din piele lăcuită.

Indiferent de temperatură, haina se poate da jos numai dacă bărbatul cu cel mai înalt rang prezent sau gazda şi-a dat-o jos pe a lui (dacă te afli în postura aceea fericită de a face această alegere, este mai bine să te ridici şi să ți-o dai jos cu puțină pompă, pentru ca ceilalți bărbați să ia cunoştință de permisiunea implicită de a-şi da şi ei jos haina).

Învață să îți legi singur papionul. Modelele prelegate încă sunt văzute prost şi, în plus, nimic nu arată mai atrăgător ca un bărbat care a petrecut, la ora 4 dimineața, cu barbă nerasă de o noapte, cu partea de sus descheiată şi un papion desfăcut atârnat în jurul gâtului.

O batistă albă (de bumbac, in sau mătase) se poate purta în buzunarul de la piept al smochingului. Când este rece, afară se poate purta un palton albastru închis sau negru şi o eşarfă de mătase albă, dar jobenele sunt limitate strict la ținuta de tip white tie.

Ținuta militară de gală se poate purta ca alternativă la ținuta black tie obişnuită descrisă mai sus.

În cazul femeilor, ținuta black tie poate fi mai diversă. Chiar dacă rochiile mai scurte ar putea fi acceptabile, pentru a opta pentru formalitate, ar trebui îmbrăcată o rochie lungă până la glezne sau până la podea. Ceasurile de mână, brățările, cerceii şi colierele sunt toate accesorii acceptabile, iar o geantă plic ar trebui folosită pentru a ține un ruj şi orice alte articole de primă necesitate pentru seara respectivă.

Observație

Întrucât gama de ținute posibile este atât de diversă pentru vestimentația black tie, cu precădere în cazul femeilor, dacă ai îndoieli, întreabă gazda ce este acceptabil sau întreabă ce plănuieşte chiar gazda să poarte.

Ținută de cocktail

Bărbații ar trebui să poarte o ținută de tip business casual cu un smoching. Dacă ai îndoieli, optimizează ținuta business casual şi poartă costum şi cravată (fără dungi fine).

Dacă ți se pare că va fi o petrecere mai formală (de exemplu, dacă ai primit invitația prin poştă, nu prin e-mail, pe telefon sau prin mesaj scris), este corect să îi ceri gazdei să te îndrume, întrucât s-ar putea ca aceasta să se aştepte la o ținută de tip black tie.

Femeile ar trebui să poarte o rochie scurtă (până la genunchi sau deasupra) sau fuste-pantalon sau un costum cu fustă. Costumele de afaceri nu se încadrează la categoria de ținute de tip cocktail. Ornamentele de tip paiete sau mărgele sunt potrivite.

Ținută de dimineață

Ținuta de dimineață este purtată cel mai frecvent de către invitaţii de sex masculin participanți la o nuntă, dar se foloseşte şi la înmormântări şi la competiţii ecvestre, cum ar fi Royal Ascot. Partea din față despicată a hainei de dimineață diferă de frac prin faptul că fracul are un croi orizontal, în timp ce haina de dimineață are un croi oblic. Haina de dimineață ar trebui purtată doar în timpul zilei; echivalentul ei de seară este white tie, deşi în zilele acestea moderne, li se iartă oamenilor dacă nu se schimbă pe măsură ce se înserează.

Elementele ținutei de dimineață includ:

• o haină de dimineață (de obicei, neagră)

• o vestă (la un singur rând sau la două rânduri)

• pantaloni formali (de obicei, gri dungați, fără manşetă), purtați cu bretele

• *o cămaşă cu manşetă dublă prinsă cu butoni*

• *un guler alb rigid (răsfrânt simplu sau guler wing)*

• *un fular-cravată (la gulerul wing) sau cravată (la gulerul răsfrânt simplu)*

• *pantofi eleganți negri*

• *joben din mătase neagră sau gri (opțional)*

• *mănuşi formale din velur, piele de căprioară sau piele de ied (opțional)*

• *baston (opțional)*

• *pantofi din piele (nu piele lăcuită) negri.*

La înmormântări, în mod tradițional, se poartă ținute de tip black tie sau grey tie, dar, în prezent, regula aceasta nu mai este aşa rigidă.

Femeile care îi însoțesc pe bărbații îmbrăcați în ținute de dimineață ar trebui să poarte o rochie sau o fustă până la jumătatea gambei sau

până la genunchi. Deseori pălăriile sunt adecvate, dar folosirea lor va fi în funcție de ocazie.

Petreceri

Chiar depinde de tema petrecerii, dar, indiferent de codul vestimentar, asigură-te că îl accepți din toată inima. Acest lucru se aplică şi ținutei de tip black tie şi ținutei elegante. Dacă mergi la o petrecere cu temă cowboy, nu te zgârci cu pălăria sau cizmele; la o petrecere cu extratereştri, asigură-te că ai o provizie nesfârşită de vopsea verde pentru corp; la o petrecere care are ca temă cuvinte care încep cu litera „p“, mai bine să fii pirat sau prințesă, decât prima persoană care pleacă de la petrecere. Dacă nu eşti sigur de codul vestimentar, sună înainte de petrecere şi întreabă.

Când nu ştii sigur cu ce să te îmbraci

Ține minte următoarele:

• Nu este niciodată nepotrivit să întrebi gazda sau alți invitați ce ținută ar fi potrivită pentru un anumit eveniment, mai ales dacă este unul formal.

• Dacă nu dispui de opțiunea de mai sus, este mereu mai bine să optezi pentru formalitate. Mai bine să ajungi la o nuntă pe plajă într-o ținută de dimineață şi toți ceilalți invitați să fie în costume de baie, decât să ajungi la

o nuntă pe plajă în costum de baie şi toți ceilalți invitați să fie în ținute de dimineață. Poți oricând să îți dai jos un joben şi o haină şi să îți sufleci mânecile şi pantalonii; este aproape imposibil să modifici din mers o ținută casual ca să pară mai formală.

Deşi este adevărat că sunt numeroase aspecte de personalitate şi onoare care definesc, de fapt, un bărbat (sau o femeie), codurile vestimentare îi permit unei gazde să dea tonul serii şi le oferă şi oaspeților un fel de preavertisment referitor la ce tip de eveniment să se aştepte. Dacă pe o invitație este scris că un anumit cod vestimentar este opțional, simte-te liber să îl cobori puțin, dar nu îl înlocui cu o ținută formală sau prea formală. De exemplu, „ținută black tie opțională“ înseamnă că se poate purta costum şi cravată, nu blugi şi tricou sau ținute white tie. În mod asemănător, informal poate însemna semiformal sau casual, aşa că merită să verifici cu gazda sau cu alți invitați.

Magazinele universale mari sau buticurile cu haine la modă au vânzători care pot ajuta la alegerea ținutelor pentru evenimentele formale: codurile vestimentare se vor a oferi încredere prin faptul că te îmbraci ca alții, aşa că profită din plin de ele. Învață să respecți codurile vestimentare şi nu vei mai fi niciodată îmbrăcat nepotrivit.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Îngrijeşte-te, dar nu în public.

2. Fă duş zilnic şi asigură-te că ai părul curat şi îngrijit.

3. Poartă lenjerie care să nu se vadă de sub haine.

4. Casual nu trebuie să însemne neîngrijit. Îmbracă-te cu haine curate şi păstrează îmbrăcămintea sport (cum ar fi treningurile) separat de îmbrăcămintea casual (cum ar fi blugii).

5. Dacă este o ocazie la care se impune o ținută formală, îmbracă-te formal.

6. Nu te teme să întrebi gazdele despre nivelul de formalitate al evenimentelor.

7. Optează pentru formalitate.

8. La muncă, chiar dacă codul vestimentar este casual, păstrează fustele la o lungime decentă şi nu te îmbrăca sport.

9. Costumele de baie nu sunt articole de lenjerie. Optează pentru modele decente.

10. Respectă orice cod vestimentar stabilit de gazdele unui eveniment.

8. Netichetă

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să trimiți un e-mail;

• despre bloguri;

• despre întâlnirile pe internet;

• despre mesageria instant;

• cum să participi la discuțiile pe forumuri.

Regulile etichetei pe internet, cunoscute de cercetători drept „netichetă“, evoluează mai rapid decât alte forme de etichetă. Anii de tradiție care ghidează celelalte forme de etichetă nu există în cazul netichetei, aşa că, pe măsură ce tehnologia se schimbă şi o parte tot mai mare din viețile noastre include utilizarea internetului, regulile care guvernează manierele în spațiul cibernetic se schimbă la rândul lor.

Regula supremă a netichetei este să se respecte standardele de comportament online similare cu cele în persoană. Chiar dacă este uşor să uităm că alți oameni cu sentimente şi emoții citesc postări pe forum, e-mailuri şi bloguri, nu spune şi nu face niciodată un lucru pe web pe care nu l-ai spune sau face în persoană.

E-mailul

Să compui o scrisoare trimisă prin poşta tradițională este o joacă de copil, dar regulile pentru e-mail sunt în continuare fluide. Un e-mail este format din trei părți principale: destinatarii, câmpul pentru subiect şi corpul e-mailului. Fiecare dintre acestea are propriile capcane în lumea etichetei din spațiul cibernetic.

Destinatari

În zilele noastre, unii oameni, şi majoritatea profesioniştilor, petrec mult timp administrându-şi, pur şi simplu, inboxul. La serviciu, face parte din muncă. Dar, atât din punct de vedere social, cât şi la serviciu, nimeni nu îți va mulțumi dacă creşti volumul sarcinilor trimițând un e-mail la întreaga agendă, în loc de câteva contacte necesare. Nu selecta opțiunea „reply all“ decât dacă te adresezi întregului grup.

Trece destinatari în câmpul BCC (blind carbon copy) dacă, atunci când trimiți e-mailul unui grup de persoane, este important fie pentru tine, fie pentru destinatarii respectivi ai e-mailului, ca aceştia să fie ascunşi. Mai trece destinatari în câmpul BCC şi dacă vrei să previi dezvăluirea adreselor lor de e-mail, întrucât acestea pot fi copiate dintr-o corespondență electronică nedorită.

Câmpul To ar trebui folosit pentru destinatarii care ar primi în mod normal scrisoarea adresată şi personalizată pentru ei prin poşta tradițională. Funcția CC ar trebui folosită pentru următorii:

• destinatari care ai vrea să fie la curent cu conținutul e-mailului, fără să le adresezi e-mailul în mod direct

• destinatari în cazul cărora te bucuri ca toți cei care primesc e-mailul să ştie că şi destinatarii cu pricina au primit e-mailul

Nu se aşteaptă de la destinatarii copiați în e-mail, prin intermediul câmpului CC, să răspundă, dar o pot face dacă doresc.

Adresele de e-mail trecute în câmpul To sau în CC vor fi accesibile tuturor celorlalți care primesc e-mailul, aşa că gândeşte-te cu atenție dacă i-ar deranja cumva acest lucru, înainte să apeşi pe „send“.

Câmp pentru subiect

Păstrează-l scurt şi relevant. Gândeşte-te la el ca la un titlu de articol. Poate fi amuzant, dacă este în scop social informal, dar, mai presus de orice, atât în mediul de afaceri, cât şi în cel social, foloseşte-l ca pe o oportunitate de a-i oferi destinatarului un rezumat al conținutului e-mailului. În cazul în care e-mailul va fi păstrat pentru a fi consultat ulterior, va fi mai uşor de găsit dacă are un titlu relevant.

Corpul e-mailului

Ar trebui să fie scurt şi la obiect, cu precădere cele de serviciu. E-mailurile cu scopuri sociale pot fi mai lungi şi, între prieteni, lungimea poate varia în funcție de tema e-mailului, dar, dacă vrei să transmiți ceva anume, cel mai bine este să fie scurt, ca să nu se piardă ideea principală. La muncă, e-mailurile sunt mereu mai eficiente dacă sunt scurte (sub zece rânduri). Pune informațiile cele mai importante la începutul e-mailului, în caz că destinatarul este ocupat sau devine distras. Mulți oameni citesc primele trei rânduri al unui e-mail cu atenție şi restul doar în diagonală.

Dacă primeşti un e-mail lung care îți este adresat doar ție, încearcă să îl citeşti în întregime, nu doar primele trei rânduri.

Nu scrie cu majuscule. Oamenii vor crede că țipi, că eşti furios sau, mai rău chiar, că eşti prea prost ca să îți dai seama că ai activat Caps Lock. Foloseşte toate formulele de amabilitate pe care le-ai folosi în mod normal într-o scrisoare oficială scurtă, dar fără să treci adresele în partea de sus a paginii. Dacă scrisoarea este în scop de afaceri, păstrează o formulă de adresare şi de încheiere oficială, aşa cum ai face-o într-o scrisoare tradițională. În scopuri sociale, tu hotărăşti cum vrei să te adresezi prietenilor tăi, dar este înțelept să nu foloseşti limbajul specific mesajelor scrise în nici un e-mail, fie el profesional sau social, întrucât acesta face deseori mesajul mai dificil de citit.

Deşi e-mailul, asemenea scrisorilor, este deseori folosit pentru a transmite lucrurile pe care îți este prea teamă să le spui în persoană, nu scrie niciodată într-un e-mail lucruri pe care le consideri prea dure de spus în persoană.

Fişiere anexate la e-mailuri

Anexează fişiere mari la e-mailuri doar atunci când eşti sigur că destinatarul va fi încântat să le primească, întrucât poate dura mult timp ca acestea să se descarce. Etichetează fişierele anexate cu o descriere clară a conținutului lor, pentru a evita descărcări nedorite.

Când trimiți mai multe fotografii ca fişiere anexate, ia în calcul varianta de a crea un website pentru fotografii (există numeroase website-uri pe internet unde se pot partaja fotografii, uşor de folosit) şi să trimiți prin e-mail linkul către fotografii, în loc de pozele ca atare.

Funcții suplimentare ale e-mailului

Foloseşte funcțiile e-mailului doar pentru a transmite un mesaj urgent (de exemplu, anexează stegulețul roşu sau semnul exclamării), dacă este cu adevărat contracronometru.

Nu cere confirmări de citire pentru fiecare e-mail. Foloseşte-o doar pentru e-mailurile care necesită un răspuns urgent sau pentru informații importante trimise celor care îşi verifică e-mailul în mod neregulat.

Setează un mesaj de răspuns automat când nu eşti la birou, dacă nu îți poți verifica e-mailul mai mult de o jumătate de zi. Mesajul de răspuns automat ar trebui să precizeze ora şi data estimate la care te vei întoarce şi un număr de contact sau o adresă de e-mail a unui coleg care ar putea fi de ajutor între timp.

Diverse privind eticheta referitoare la e-mailuri

Dacă ai cerut ceva prin e-mail, ar fi frumos să trimiți un e-mail de mulțumire ca să confirmi că ai primit lucrul respectiv. Însă nu este necesar să mulțumeşti unui e-mail de mulțumire şi nici măcar să răspunzi „cu plăcere“.

Ca în cazul oricărei alte corespondențe, răspunde la e-mailuri cât mai curând posibil. Dacă un e-mail necesită un răspuns, fă click pe butonul de răspuns şi scrie ceva, indiferent cât de scurt, pentru a confirma primirea e-mailului şi răspunde cum poți. Dacă e-mailul nu solicită un răspuns, alege tu în ce ordine să răspunzi la e-mailuri, deşi rațional este să le ordonezi în funcție de nivelul lor de urgență. Străduieşte-te să răspunzi la toate e-mailurile de afaceri în decurs de jumătate de zi de la primirea lor, iar e-mailurilor sociale pe parcursul zilei sau trimite măcar un mesaj scurt în care să îți ceri scuze şi să explici întârzierea. Verifică mereu ortografierea înainte să trimiți e-mailul.

Când trimiți mai departe sau răspunzi la mesaje, editează mereu. Nu trimite un mesaj cu semnătura ta sau a oricui altcuiva repetată, şi nu trimite mesaje anexate la propriul mesaj, pe care destinatarul nu are de ce să le citească. Dacă un e-mail ți-a fost adresat în mod eronat şi este evident că nu este un e-mail de tip spam, răspunde la el pentru a explica că e-mailul cu pricina ar trebui redirecționat. Nu răspunde la mesajele de tip spam.

Ține minte că, deşi e-mailurile se trimit şi se primesc aproape instantaneu, viteza de răspuns va depinde în mare parte de cât de des îşi verifică o persoană contul de e-mail. În zilele noastre, profesioniştii ar trebui să îşi verifice e-mailul cel puțin o dată pe oră; non-profesioniştii cel puțin de două ori pe zi.

Nu înainta, nici nu crea mesaje e-mail care îl amenință pe destinatar că va avea parte de ghinion dacă nu trimite la rândul lui e-mailul către un anumit număr de persoane. Dacă eşti îndeajuns de prostănac ca să crezi astfel de mesaje, măcar şterge partea care amenință cu moartea şi distrugerea înainte să îl trimiți mai departe.

Întrucât manierele referitoare la e-mail sunt într-o continuă schimbare, este foarte puțin probabil ca o persoană să te considere detestabil de nepoliticos dacă nu respecți cu strictețe cele de mai sus. Cu toate acestea, folosește informațiile de mai sus ca să treci drept mai deştept decât criticul de rând al e-mailurilor.

Observație

Chiar dacă e-mailul are avantajele sale în ceea ce priveşte viteza, nu poate înlocui nota personală a unei scrisori scrise de mână. Când le scrii celor pentru care sentimentul transmis prin scrisoare este mai important ca timpul în care o primeşte, trimite o scrisoare scrisă de mână prin poşta tradițională.

Blogging

Un blog (un jurnal online)… conține comentarii sau ştiri despre un anumit subiect, cum ar fi mâncare, politică sau ştiri locale; unele funcționează ca jurnale online mai personale.

Definiția „blogului“ conform Wikipedia, 1 septembrie 2007

Bloggingul nu mai este teritoriul avangardiştilor tehnologici. Datorită dominației Facebook-ului şi a MySpace-ului, este acum teritoriul

vedetei în devenire, al jurnalistului aspirant şi al nebunului de legat care trăieşte lângă noi.

Problema la blogging este următoarea: poți ține un blog despre orice vrei tu. Poți scrie despre politică, despre tehnologii noi, festivaluri, animale de companie, incontinența pisicii tale, credința ta că lumea este, de fapt, controlată de o caracatiță cu şase tentacule care trăieşte în cer. Orice! Şi în aceasta constă problema.

Bloggingul înseamnă vorbit în public pentru hibrizii pasionați de tehnologie şi de scris. Dacă nu vrei să o spui în public, nu o spune pe blogul tău. S-ar putea ca pisoiul tău să nu se simtă jignit, în caz că ar citi peste umărul tău, de faptul că ai spus tuturor despre predilecția lui de a sări pe amica lui felină din vecini. Bunica ta, pe de altă parte, ar putea fi îngrozită să audă că ai spus publicului avid de pe internet că îşi face de cap cu vecinul de alături. Gândeşte înainte să scrii. Blogurile sunt un jurnal public, nu un jurnal privat. Opreşte-te, gândeşte-te la implicații, fii decent şi reciteşte ca să nu ai greşeli de tipar. Apoi postează.

Facebook

Facebook este un „site de socializare“ care combină bloggingul cu comunicarea directă, prin abilitatea de a crea o legătură cu conturile de Facebook ale prietenilor. Alte astfel de site-uri, de exemplu, Bebo şi MySpace, s-au bucurat la rândul lor de ceva recunoaştere, dar momentan, cel puțin, Facebook pare a fi site-ul menit să diferențieze metoda standard a comunicării sociale pe internet de e-mail. Rămâne de văzut dacă va fi o modă de o clipă sau o idee longevivă, dar popularitatea lui este atât de răspândită, încât nici un ghid de etichetă privind internetul nu poate fi considerat acum complet dacă nu îl menționează.

Pe măsură ce Facebook devine tot mai utilizat ca formă de comunicare, mai degrabă, decât ca unealtă pentru partajare de fotografii, regulile etichetei prind formă rapid. Componentele principale sunt:

• *fotografiile: fotografia de profil şi fotografiile etichetate*

• *informațiile personale*

• *wall-ul (mesajele care sunt publice pentru toată lumea)*

• *pagina de introducere (homepage) (care oferă informații despre ce se întâmplă pe wall-urile prietenilor tăi şi schimbările din informațiile personale, văzute doar de tine)*

• *inboxul (mesajele văzute doar de tine)*

• *grupuri*

• *invitații la evenimente*

• *lista cu prieteni*

Fotografie de profil şi fotografii etichetate

Foloseşte o fotografie clară, recentă, nejignitoare (alege una pe care nu te-ar deranja să o vadă şi bunica ta) pentru pagina ta de profil. Atenție, necunoscutule! Vei fi dificil de găsit fără ea.

Poți „eticheta“ fotografii cu prietenii tăi, astfel încât să apară pe pagina cu fotografii a profilelor de Facebook ale respectivilor prieteni. Nu eticheta fotografii cu prieteni angrenați în activități scandaloase, de adulter sau ilegale. Ține minte că partenerii şi potențialii angajatori au, de asemenea, acces la internet. S-ar putea ca etichetarea unei fotografii în care prietenul tău vomită în timp ce ține o sticlă de Ouzo cu o mână şi un fotomodel topless cu cealaltă să nu îți mai pară atât de amuzantă când vei afla că soția prietenului tău a plecat de acasă şi că amicului tău i s-a refuzat postul de vis ca reprezentant de vânzări pentru o marcă de votcă.

Observație

Dacă nu eşti sigur în ce fotografii ar vrea să fie etichetați prietenii tăi, încarcă albumul şi trimitele un mesaj celor care apar în el, spunându-le să se eticheteze singuri.

Nu încărca fotografii cu prietenii tăi care, cu siguranță, le-ar provoca probleme, chiar dacă te abții de la a-i eticheta. În funcție de cum administrezi setările de confidențialitate ale contului tău de Facebook, s-ar putea ca unii spectatori neaşteptați să le vadă totuşi în timp ce frunzăresc întregul album online.

Informații personale

Simte-te liber să treci ce vrei tu aici, atât timp cât nu este jignitor față de alții, de exemplu, sub formă de rasism. Fii clar şi limitează-ți lista cu muzica preferată, hobby-urile etc. la cel mult zece articole.

Informația privind „situația amoroasă“ poate aduce multe necazuri pe Facebook. Când îți deschizi contul de Facebook, dacă alegi să setezi situația amoroasă ca „necăsătorit/ă“, după ce vei intra într-o relație cu cineva vei fi nevoit să îți schimbi statutul ca semn de respect față de noul tău partener/noua ta parteneră, indiferent cât de bătător la ochi ar putea părea acest lucru. Noul statut nu trebuie să intre în detaliile iubirii proaspăt ivite şi ar putea, de fapt, să fie schimbat, pur şi simplu, cu o variantă neutră. Totuşi, va trebui schimbat, ca să nu sugereze tuturor cum că ai fi celibatar.

În mod asemănător, dacă situația amoroasă zice „Într-o relație cu Jane Smith“, chiar dacă te va durea să vezi iconița cu inimioara frântă apărând pe ecranul tău şi pe paginile de introducere ale tuturor celorlalți, după sfârşitul unei relații, va trebui să îți schimbi situația. Este politicos ca acela care a inițiat despărțirea să îl lase pe celălalt să îşi schimbe primul statusul privind situația amoroasă. Dacă oricare dintre lucrurile de mai sus ți se pare prea romantic pentru gustul tău sau sfâşietor, pur şi simplu, nu seta situația amoroasă de la început.

Poți seta tabul „în căutare de“ cum doreşti. Partenerii nu au voie să bombănească în caz că alegi să îl setezi în acest fel.

Wall (public pentru toată lumea) şi inbox (mesaje pe care le vezi doar tu)

Ține minte că wall-ul Facebook este o entitate accesibilă publicului larg. Îl pot vedea şi alții. Nu posta notițe care divulgă secrete pe wall-ul unui prieten; trimite-i mai bine un mesaj privat. Nu este frumos să foloseşti mesajele de pe wall-ul Facebook ca să îți faci partenerul gelos.

Răspunde la mesajele şi postările de pe wall la timp. Întrucât navigatul pe Facebook este o activitate de timp liber, timpul de răspuns acceptabil la mesajele de pe Facebook este mai lung decât cel pentru e-mailuri. Consideră că perioada recomandată este de o săptămână, dar fii conştient de faptul că studenții, şomerii, cei cunoscuți ca fiind dependenți de Facebook s-ar putea aştepta la un răspuns mai rapid. Dacă ai nevoie să ți se răspundă urgent, trimite un e-mail sau sună.

Grupuri

Înainte să adaugi un grup, verifică dacă nu există cumva unul cu acelaşi scop. Dacă există, în loc să creezi un grup nou, alătură-te celui deja existent.

Invitații la un eveniment

Invitațiile la evenimente au o funcție RSVP încorporată. Foloseşte-o. Ca opțiuni de răspuns ai „da“, „nu“ sau „poate“. Gândeşte-te puțin la răspunsul tău şi nu bifa „poate“ de fiecare dată. Toată lumea ştie că, în astfel de cazuri, aştepți o ofertă mai bună. Acest lucru nu te va face popular. Deseori, oamenii încearcă să estimeze numărul de participanți, aşa că răspunde înainte să aibă loc evenimentul. Deşi este adesea tentant să îți ceri doar scuze pentru neparticipare pe wall-ul evenimentului, dacă ai timp, postează şi mesaje pozitive, cum ar fi

„abia aştept“, pentru ca organizatorul să nu aibă parte doar de un şir de răspunsuri negative.

Lista prietenilor

Este perfect acceptabil să refuzi cererile de prietenie ale colegilor de lucru, dacă vrei să separi munca de viața personală. Cu toate acestea, dacă aşa vrei să procedezi, atunci trebuie să îi refuzi pe toți colegii de lucru, oferindu-le o explicație scurtă. La fel, dacă cineva îți respinge cererea de prietenie, prinde-te de aluzie.

„Numărul de prieteni“ nu indică gradul tău de popularitate în lumea reală. Nu invita pe toată lumea cu care ai vorbit vreodată; cere-le „prietenia“ doar celor de a căror viață chiar eşti interesat. Acceptă „prietenia“ tuturor, cu excepția celor pe care chiar nu îi placi sau nu îi cunoşti.

Diverse

• Nu îți verifica Facebook-ul la serviciu; decât dacă te afli în pauza de masă.

• Este în regulă să le dai „poke“ oamenilor pe Facebook. Echivalentul gestului în viața reală, ciupitul, nu este, însă, prietenos.

• Urmăritul pe Facebook, chiar dacă este posibil, este o realitate potențial înspăimântătoare. Nimănui nu îi place să se gândească la faptul că paşii săi în jurul lumii pot fi urmăriți cu o acurateţe alarmantă. Dacă vrei să te vezi cu cineva şi ai recurs la astfel de tactici, fă-ți o favoare, şi ție şi persoanei respective, şi nu recunoaşte acest lucru.

• Nu îi da papucii partenerului tău, nici alte veşti proaste, pe Facebook, mai ales nu pe wall-ul lui. Facebook este un loc în care prietenii se adună la un loc şi păstrează legătura în spațiul virtual. Nu ar trebui să fie un loc al tristeții.

Mesageria instant (MI)

Mai rapidă ca un e-mail şi mai puțin perturbatoare ca un apel telefonic, mesageria instant poate economisi timp dacă este folosită aşa cum se cuvine. Problema la MI, însă, este că deseori nu se ridică la nivelul marketingului care i se face. Deseori este foarte perturbatoare, consumă mult timp şi, şoc şi groază, nu este instant.

Dacă o persoană este ocupată, probabil că nu va răspunde la telefon şi îşi va ignora e-mailul, alegând să răspundă mai târziu. Nimeni nu se simte jignit: se presupune că persoana cu pricina nu se află la birou sau, aşa cum este şi cazul, că este prea ocupată ca să fie întreruptă. În lumea reală, oamenii nu au tendința de a-i întrerupe pe cei care dau semne că ar fi ocupați, cum ar fi cei care tastează cu frenezie sau cei care vorbesc cu un alt grup de oameni. Problema cu mesageria instant pleacă de la caracterul ei evident de intruziune. Ecranul se aprinde, se aude un sunet de genul beep-beep, iar programul de mesagerie instant face tot posibilul ca să îți atragă atenția, ca un copil obraznic, fără să se gândească dacă destinatarul nu are cumva un termen limită de respectat sau dacă nu se află cumva într-o pauză de cafea.

Câteva îndrumări cu privire la MI ar putea, însă, să te smulgă din ghearele plictiselii şi a enervării. Încearcă următoarele:

• Spune „salut“ şi „la revedere“. În viața reală este nepoliticos să nu o faci şi acelaşi lucru este valabil şi pentru lumea virtuală. Începe o conversație întrebând dacă celălalt este ocupat şi explicând scopul discuției. Acest lucru îi va oferi celuilalt oportunitatea să evalueze importanța discuției comparativ cu ceea ce face în momentul respectiv. Când îți iei rămas-bun, anunți că s-a încheiat conversația. Să nu îți iei rămas-bun pe MI este ca şi când ai ieşi pe vârfuri dintr-o conversație, când celălalt este întors cu spatele la tine.

• Dacă vorbeşti pe MI într-un loc în care sunt şi alți oameni, de exemplu, un birou, opreşte sunetele de avertizare. Nu ai nevoie să te alerteze (şi, în mod neintenționat, pe toți ceilalți) că ai primit un mesaj; iconița pâlpâitoare va fi de ajuns.

• Tastează rapid, în propoziții scurte. Mai bine să trimiți prima jumătate a unei propoziții şi să o finalizezi într-un al doilea mesaj, decât să îl forțezi pe cel cu care corespondezi să aştepte o bucată mare de scris, care va trebui digerată din greu.

• Nu scrie cu majuscule, decât dacă intenționezi să strigi.

• Nu discuta pe MI cu mai multe persoane, decât dacă poți menține un flux rațional al conversației. Pentru majoritatea, limita este de două persoane, după care răspunsurile devin întârziate şi confuze.

• Foloseşte MI mai degrabă decât e-mailul pentru a trimite mesaje, ca să eviți aglomerarea inboxurilor.

• Să tastezi este obositor: dacă conversația pare că va dura o vreme, sugerează să vă sunați în schimb.

• Urmăreşte dacă nu apar întrebări care este posibil să fi fost scrise în timp ce scriai tu, şi răspunde cât mai curând posibil la ele, ca să arăți că le-ai observat.

• Foloseşte porecle doar în scopuri personale de trimitere a mesajelor prin MI. La serviciu sau acasă, dacă îți foloseşti numele real (mai ales dacă este unul obişnuit), adaugă şi numele de familie. Va uşura contactul dintre voi, întrucât, oricât de diferit ai fi în persoană, poate că ai zece cercei în urechi, un tatuaj cu regina şi un simț al umorului încântător, oamenii chiar au probleme în a face diferența între primul, al doilea şi al paisprezecelea Dave din lista lor de contacte.

• Verifică statusul de prezență al celeilalte persoane. Nu începe atacul cu semnale luminoase şi auditive dacă cealaltă persoană are setat statusul de „ocupat“. La fel, actualizează-ți propriul status, astfel încât să îți reflecte disponibilitatea, adăugând un comentariu, dacă este nevoie, ca să îți clarifici situația. Unii oameni consideră statusul de „ocupat“ un fel de indicator de genul „nu deranjați“; alții îl percep mai degrabă ca pe „contactați doar dacă este ceva important“. Dacă este vorba de o cerere urgentă şi importantă, ia în calcul varianta de a-i scrie persoanei cu pricina pe MI, dar nu te aştepta la un răspuns prompt.

• Nu fă exces de abrevieri. Nu te face să pari grozav, ci te face să pari că nu ştii să scrii. Abrevierile ar trebui folosite pentru a creşte eficiența, nu pentru a o scădea. Gândeşte-te dacă este probabil ca persoana cu care vorbeşti pe MI să înțeleagă abrevierea pe care o foloseşti şi, dacă nu, atunci nu o folosi.

Observație

Deseori, nimic nu înlocuieşte vocea cuiva. Deşi s-ar putea să fie mai convenabil să vorbeşti pe MI, fă un efort şi sună din când în când sau fă o vizită, cu precădere dacă subiectul discutat este confuz sau posibil să stârnească o reacție emoțională.

Twitichetă

Conceptul de Twitter este simplu. Spune ce faci în 140 de caractere sau mai puțin. Fiind o simplă platformă de trimitere de mesaje, chiar mai simplă decât un blog, eticheta ar trebui să fie simplă. Dar, aşa cum se întâmplă în cazul multor forme de comunicare pe internet, există un potențial grozav de utilizare eronată şi de jignire, poate chiar mai mult pe Twitter, deoarece platforma este proiectată special pentru când te afli în mişcare, când eşti distras de o multitudine de lucruri şi poți gafa uşor. Iată câteva sugestii prin care să „ciripeşti“ în tweet-urile tale:

• Respectă limita de 140 de caractere, dar consider-o o provocare ca să fii concis, mai degrabă decât o oportunitate de a-ți crea propriile abrevieri. Foloseşte doar abrevieri cunoscute în mod obişnuit şi foloseşte mereu numerale mai degrabă decât cuvinte. Dacă de regulă ai nevoie de un mesaj mai lung ca să transmiți ceva, ia în calcul varianta de a începe un blog. Încearcă să fii atent la ortografiere, punctuație şi gramatică; nu vei irosi din caracterele tale valoroase dacă scrii cu majusculă. Când răspunzi la întrebarea „Ce mai faci?“ nu este nevoie să începi cu „Fac…“.

• Dacă nu lucrezi pentru un post de ştiri, nu comenta încontinuu unele evenimente, cum ar fi meciurile de fotbal. Limitează-ți postările la comentarii despre momentele importante ale evenimentului sau la actualizări o dată pe oră. De exemplu, postează când cineva înscrie un gol, nu când se dă fiecare pasă, nici măcar fiecare ratare a unui de gol.

• Gândeşte-te cu atenție dacă să foloseşti „@reply“ sau un mesaj direct. Foloseşte „@reply“ doar când ai ceva de adăugat la o conversație publică. Când spui un lucru pe care doar unul sau doi oameni îl vor înțelege sau vor fi interesați de el sau când oferi un răspuns simplu, cum ar fi „da“ sau „nu“, foloseşte mesageria directă. Gândeşte mai mult toate mesajele, mai mult decât să răspunzi la un mesaj direct cu un mesaj direct sau la un @reply cu un @reply.

• Nu fura tweet-ul altcuiva şi nu pretinde că îți aparține. Când preiei un tweet, acordă credit ideii, adaugă „RT@numeutilizatorinițial“ ca prefix la mesajul tău.

• Gândeşte-te unde eşti când postezi pe Twitter. Nu posta în locuri în care nu ți-ai folosi telefonul mobil pe mod silențios, de exemplu, la înmormântări.

• Nu mai este necesar să urmăreşti toţi utilizatorii care te urmăresc pe tine (era diferit la început, când numărul celor care foloseau Twitter era mult mai redus). Să urmăreşti la rândul tău pe cineva care te urmăreşte este un lucru opţional. Ţine minte că prietenii apropiaţi vor fi probabil puţin îmbufnaţi dacă laşi de înţeles că nu crezi că ar avea de spus ceva interesant.

• Menţiunile în exces la propria persoană sau la munca ta se consideră spamming în Twitterland. Dacă trebuie neapărat să faci asta pe Twitter, diluează menţiunile cu mesaje reale, dar abţine-te în ceea ce postezi, în general. Chiar şi un lucru bun poate fi excesiv; optează pentru calitate, nu pentru cantitate.

• Singura excepţie la regula privind menţiunile este dacă ai setat un cont Twitter pentru o afacere sau un produs, caz în care menţionează cât vrei.

• Nu uita că Twitter este public şi poate fi citit de oricine, deci nu te plânge de munca ta, de şeful tău, de prietenii tăi sau de colegul de apartament, decât dacă te bucuri ca şi ei să citească despre asta. Ţine minte să fii vag când postezi despre petreceri la care sunt invitaţi doar câţiva oameni şi să ai grijă când implici părerile altora. Fii precaut mai ales dacă postezi când eşti beat.

• Poţi să te opreşti din urmărit pe alţii când vrei tu. Nu este nevoie să trimiţi un tweet de despărţire.

• Ține minte că Twitter nu este Facebook. Este greşit să îți sincronizezi contul de Twitter cu cel de Facebook, astfel încât să aibă aceleaşi actualizări de status. Alocă un gând original pentru fiecare din ele sau actualizează-l doar pe unul din ele.

Întâlniri pe internet

Întâlnirile pe internet înseamnă tot întâlniri şi, în mare, se aplică aceleaşi reguli, odată ajunşi la o a doua întâlnire. Cu toate acestea, am subliniat mai jos câteva chestiuni de etichetă care se aplică în mod specific întâlnirilor pe internet. Unele au legătură cu siguranța, altele cu politețea, pur şi simplu.

Observație

Este nedrept să foloseşti ca escortă persoane cu care te-ai cunoscut pe internet şi care nu suspectează nimic. Dacă asta intenționezi să faci, specifică clar acest lucru înainte să vă întâlniți.

Înainte de o întâlnire

Tuturor ne place să ne prezentăm într-o lumină favorabilă, dar nu minți. Categoric, foloseşte o poză frumoasă cu tine, dar, dacă o retuşezi

în Photoshop, înseamnă că trişezi; la fel şi dacă foloseşti o poză veche de 20 de ani sau chiar poza altcuiva.

Nu încerca să pari mai atrăgător enumerând activități de care nu eşti sincer interesat. De asemenea, nu te preface interesat de activitățile pe care le desfăşoară alții. Asemenea întâlnirilor reale, descrie-te cât mai sincer posibil, subliniind aspectele pe care tu le consideri cele mai plăcute la tine.

Dacă îți place cum arată cineva, verifică-le profilul, ca să vezi dacă te potriveşti descrierii referitoare la genul de persoană pe care îl caută. Dacă nu vă potriviți, treci mai departe. Nu trimite un mesaj că poate-poate. Într-o zi chiar vei găsi pe cineva care îşi doreşte un fumător budist de 43 de ani care cântă la oboi, dar probabil că nu va fi tipa aceea evreică sexy şi surdă, specializată pe cancer de plămâni, care caută pe cineva între 25 şi 30 de ani, cu o perspectivă de viață asemănătoare.

Atât bărbații, cât şi femeile pot cere întâlniri. Nu ai de ce să te ruşinezi. Este evident că te afli în căutarea unei idile pe internet. La prima cerere pentru o întâlnire pe internet, nu trebuie să răspunzi, dacă răspunsul este „nu“. Măcar atât se presupune din start. Nu încerca să contactezi repetat aceeaşi persoană dacă nu primeşti un răspuns.

Ai grijă de siguranța ta şi respectă siguranța altora. Nu posta informații pe un site de întâlniri pe internet care i-ar putea face pe alții să descopere unde lucrezi sau unde locuieşti. Foloseşte un nume de familie fictiv, dacă este nevoie. Dacă chiar reuşeşti să descoperi alte detalii de contact pentru cineva, decât cele furnizate pe site-ul de întâlniri pe internet, nu le folosi. Multora le place să îşi separe întâlnirile pe internet de existența lor zilnică până se înfiripă o relație reală.

Întâlniri

Poartă mai multe conversații telefonice şi/sau convorbiri prin mesageria instant înainte să fii de acord să te întâlneşti cu cineva în persoană. După ce aranjați să vă vedeți, întâlniți-vă undeva în public, de preferat în timpul zilei. Stai cel puțin o oră şi nu pleca fără să îți iei la revedere. Spune-i mereu unui prieten unde te duci şi să te sune la o anumită oră ca să verifice că totul este în regulă. Procedează la fel la cea de-a doua şi a treia întâlnire. Ascunde-ți adresa la care locuieşti oricât de mult timp este nevoie ca cealaltă persoană să îți câştige încrederea.

Dacă ai aranjat o întâlnire față în față cu cineva, tratează-l cu acelaşi respect de care ai da dovadă la o primă întâlnire normală. Fii punctual şi străduieşte-te să porți ceva frumos. Dacă trebuie să anulezi, avertizeaz-o pe cealaltă persoană cât mai din timp.

Când nu funcționează

După câteva întâlniri, dacă nici unul din voi nu dă semne că ar vrea să continue idila, este acceptabil să vă opriți, pur şi simplu, din a vă mai trimite e-mailuri. Dacă una dintre părți dă semne că ar vrea să continue, va fi nevoie de un mesaj de respingere. Dacă tu eşti cel care îl respinge pe celălalt, nu este nevoie să analizezi defectele celuilalt. „Nu cred că ne potrivim“ este mult mai bine decât „Dacă mă gândesc bine, cred că vorbeşti prea mult, mai ales despre mama ta; sunt convinsă că simt miros de vacă transpirată când te îmbraci cu pantalonii tăi de piele preferați; şi ai un nas mare“.

Nu încerca să transformi o relație amoroasă pe internet într-o relație doar de amiciție fără să îl anunți şi pe celălalt. Întrucât v-ați cunoscut în circumstanțe cu potențial de idilă, ar însemna să îl induci în eroare.

Etichetă pe forumuri

Forumurile sunt locuri pentru dezbateri şi de împărtăşit înțelepciune. Asemenea unei familii virtuale, membrii unui forum pot pune întrebări şi pot găsi soluții la probleme şi sfaturi despre subiecte de la naştere la crearea de software open-source. Oricât de benefic din punct de vedere intelectual ar putea fi un forum, este uşor să uiți că, atunci când participi într-un forum, iei parte la o discuție de grup cu oameni reali şi, ca atare, se încalcă des eticheta privind forumurile. Ține minte următoarele atunci când foloseşti forumuri, indiferent cât de tare te familiarizezi cu ele.

• Controlează-ți emoțiile: nu ataca în public. Dacă te-a jignit cineva în vreun fel pe un forum de pe internet, păstrează-ți cumpătul, apelează la administratorul forumului pentru a elimina postarea respectivă şi ia legătura prin e-mail cu cel care te-a ofensat, pentru a rezolva problema în privat.

• Rămâi la subiect: fii atent la subiectul discuției şi al forumului pe care postezi. Dacă crezi că mesajul tău nu are legătură cu acestea, găseşte o altă locație în care să îți postezi gândurile. Este nepoliticos să îi faci pe alții să se piardă într-o serie de postări în afara subiectului ca să găsească partea pe care vor de fapt să o citească. Dacă nu poți găsi o conversație adecvată, începe una nouă, dându-i un titlu din care să reiasă clar conținutul ei.

• Păstrează-ți cumpătul cu nou-sosiții; chiar dacă s-ar putea să fie frustranți. Necunoscând eticheta de pe forumuri, pun întrebări la care răspunsurile sunt evidente sau uşor de găsit, postează în locurile greşite şi nu răspund clar. Ai răbdare şi înghionteşte-i uşor (mai degrabă decât să îi împingi) în direcția corectă, subliniindu-le cu amabilitate greşelile. Vor deveni mai buni cu puțină îndrumare şi, în cele din urmă, s-ar putea să devină membri valoroşi ai forumului.

• Abrevieri: foloseşte-le doar pe cele pe care le vor înțelege toți cei care citesc forumul. Foloseşte-le pentru a îmbunătăți viteza de citire şi scriere pe forum, nu pentru a o împiedica.

• Nu îți irosi vremea: nu redeschide decizii controversate cu care nu eşti de acord, decât dacă deții informații noi semnificative care probabil că vor schimba hotărârea finală referitoare la chestiunea în cauză. În lipsa unor informații noi, se vor repeta, pur şi simplu, aceleaşi dezbateri şi cel mai probabil că se va ajunge la aceeaşi concluzie.

• Nu posta încrucişat: găseşte cea mai dedicată conversație sau cel mai specific forum pentru întrebarea ta. Nu posta un mesaj pe un forum general dacă poți găsi o piață de desfacere mai specifică pentru gândurile tale.

• Fără fişiere anexate mari: nu posta fişiere anexate mari, întrucât acestea reduc viteza de încărcare a paginii, cu precădere pentru cei cu conexiuni de rețea lente. Dacă dispui de un fişier mare pe care ai vrea să îl distribui, încarcă-l pe o pagină web separată şi postează în schimb linkul către pagina respectivă.

• Materiale citate: nu cita întreg mesajul la care răspunzi. Repostează doar suficient cât să oferi un context. Unii oameni/forumuri tind să citeze mai întâi şi apoi să răspundă; alții răspund şi apoi includ mai jos citatul la care răspund; iar alții întrerup materialul citat cu răspunsul lor. Nici una dintre aceste metode nu este inerent greşită, dar este politicos să observi şi să te conformezi convenției de pe forumul pe care îl foloseşti.

• Simplitatea este cea mai bună: răspunde clar şi concis, într-un format cu text necodificat, dacă se poate, care să fie lizibil pentru cât mai mulți oameni.

Reguli ale forumurilor individuale

Majoritatea forumurilor au propriile reguli. Citeşte-le înainte să începi să postezi şi respectă-le odată ce începi să postezi. În mod deosebit, observă regulile privind dezabonarea şi mesajele de test pentru a evita să enervezi alți utilizatori ai forumului.

Diverse reguli privind eticheta pe internet

Niciodată:

• Nu trimite viruşi cu bună ştiință. Actualizează-ți constant antivirusul, pentru a evita să răspândeşti viruşi fără să ştii.

• Nu îți asuma o identitate falsă pentru a-ți urmări un fost iubit, coleg sau prieten în spațiul cibernetic.

• Nu sparge fără permisiune un cont de e-mail care nu îți aparține. Este un comportament la fel de inacceptabil precum interceptarea corespondenței tradiționale.

Observație

Ai răbdare cu alții. Internetul are propriul cod de conduită, dificil de înțeles pentru nou-veniți. Dacă alții fac un lucru care jigneşte, induce în eroare sau îngreunează lucrurile, trimite-le un mesaj privat, ca să îi anunți ce au de făcut.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Gândeşte-te cu atenție pe cine să treci în câmpurile To, CC şi BCC al unui e-mail.

2. Scrie subiectul ca pe titlul unei ştiri. Poate fi amuzant, dar să aibă oarecum legătură cu mesajul din corpul e-mailului.

3. Blogurile sunt jurnale publice. Ia în calcul ramificațiile faptului că lucrurile pe care le scrii în ele sunt de domeniu public.

4. Nu eticheta niciodată fotografii şi nu scrie niciodată mesaje pe un forum public care l-ar putea jigni grav pe protagonistul fotografiilor sau care ar putea dăuna carierei acestuia.

5. Nu scrie mesaje private în spațiile publice de pe internet.

6. Foloseşte telefoanele pentru conversațiile lungi, nu MI.

7. În zonele publice, dezactivează sonorul pentru MI.

8. Nu sparge niciodată contul de e-mail al altei persoane.

9. Nu trimite niciodată viruşi cu bună ştiință.

10. Rămâi la subiect pe forumuri.

9. Călătorii

În acest capitol, vei învăța:

• cum să călătoreşti cu maşina, avionul sau pe apă;

• cum să fii străin.

Indiferent că se petrec pe uscat, pe apă sau prin aer, călătoriile tind să devină o chestiune stresantă, pe măsură ce gloate întregi de oameni se îmbarcă, se îngrămădesc să prindă un loc şi îşi pierd cumpătul. Călătoriile cu avionul s-au ieftinit acum, mersul în țări îndepărtate a devenit o activitate obișnuită, unii oameni făcând chiar naveta zilnic între țări. Totuşi, indiferent că porneşti într-o călătorie spre Amazon sau navighezi, pur şi simplu, pe încântătoarea autostradă M25, ponturile de mai jos ar trebui să te ajute să adaugi curtoazie la această agitație.

Călătorii cu maşina

Eticheta pentru şoferi

Regulile de bună comportare ca şofer sunt numeroase şi ar trebui recitite periodic. Reține în mod deosebit partea despre folosirea claxonului (doar ca avertisment şi niciodată ca manifestare a furiei la volan) şi cea despre aruncarea gunoaielor (niciodată pe geamul unui vehicul aflat în deplasare, chiar dacă gunoiul este biodegradabil).

Eticheta pentru cei aflaţi în maşină

Reguli de bază:

• Atunci când călătoreşti cu alții, conveniți asupra modului de împărțire a cheltuielilor pentru călătoria cu pricina (bani pentru combustibil etc.) înainte să vă porniți, precum şi îndatoririle fiecăruia, cum ar fi cititul hărții şi câte ore poate conduce fiecare înainte să îl ia somnul.

• Ca pasager, abține-te cât poți de mult de la a da indicații; dacă crezi că şoferul pune în pericol sănătatea tuturor celor din maşină, insistă ca acesta să fie mai precaut, dar lasă toate deciziile privind rutele pe seama lui sau a copilotului, dacă s-a ales unul.

• Ca pasager, nu dormi într-o maşină, decât dacă şoferul specifică clar că se va descurca şi fără compania ta.

• În timpul călătoriei, alegerile muzicale ar trebui să acopere gusturile tuturor celor din maşină, nu doar ale persoanei care se află pe scaunul şoferului.

• Nici şoferii, nici pasagerii nu ar trebui să consume alcool. Pasagerii aflați sub influența băuturilor alcoolice pot distrage atenția şi, prin urmare, pot fi la fel de periculoşi ca un şofer beat.

• Toată lumea ar trebui să poarte centură de siguranță pentru siguranța tuturor celor aflați în maşină. Şoferul are tot dreptul să refuze să se urnească din loc până nu şi-a cuplat toată lumea centura.

• Păstrează-ți cumpătul. Chiar dacă ați cotit greşit şi călătoria s-a lungit cu o oră, în cele din urmă, veți ajunge acolo şi într-o dispoziție mult mai bună dacă treci, pur şi simplu, cu vederea.

• Dacă eşti pe punctul de-a răbufni din pricina modului neglijent de a conduce al altui şofer, ține minte că majoritatea şoferilor care conduc prost sunt proşti, mai degrabă decât răi, şi că dacă îți exprimi furia la volan, vei fi etichetat drept necontrolat şi nerăbdător.

Observație

Călătoriile sunt deosebit de obositoare pentru şofer. Dacă un şofer spune că este obosit, încurajează-l mereu să se odihnească, mai degrabă decât să trageți tare ca să ajungeți mai curând la destinație.

Călătorii cu avionul

Înainte de călătorie

Majoritatea companiilor aeriene oferă instrucțiuni precise privind ce anume şi cât anume se poate lua la bordul avionului şi ce anume şi cât anume se poate împacheta în bagajul de cală. Vei găsi aceste informații pe bilete şi pe website-ul companiei aeriene. Respectă aceste instrucțiuni. Cântăreşte şi măsoară-ți bagajele, dacă nu eşti sigur că încalci sau nu restricțiile de greutate sau de dimensiune. Pune-ți paşaportul şi biletele într-un buzunar uşor accesibil al bagajului de mână, ca să nu ții în loc coada lungă şi şerpuitoare de la ghişeul pentru îmbarcări.

Indiferent cât de devreme este zborul, fă un duş în dimineața în care călătoreşti şi dă-te cu deodorant. Să stai lângă cineva cu un miros corporal stătut, într-un spațiu restrâns, este o experiență deosebit de neplăcută.

La aeroport

Dacă, din cine ştie ce motiv, ajungi în fața cozii de la ghişeul pentru îmbarcări cu bagaje cu dimensiune şi/sau greutate inacceptabilă pentru compania aeriană, nu te certa. Argumentele cum ar fi faptul că cântarul tău din baie îți arăta altceva sau că ai crezut că regulile pentru

dimensiuni erau în țoli, nu în centimetri, vor eşua şi le vei întârzia pe toate persoanele irascibile (care posibil să-şi fi făcut corect valizele) din spatele tău. Strânge din dinți şi acceptă amenda şi instrucțiunile către ghişeul unde se face îmbarcarea celor cu bagaje prea mari, fără crize de furie.

La ghişeul pentru îmbarcări, să ai paşaportul şi biletele pregătite pentru control. Chiar dacă s-ar putea să nu fie posibil să ți se îndeplinească cererea, ai putea să îți exprimi preferința pentru un loc la culoar sau la geam. Cu toate acestea, dacă ceri un loc cu un anumit număr, aşteaptă-te să fi privit cu ridicări din sprâncene, dacă nu oferi şi o explicație pentru aceasta (cum ar fi: „Pe locul acela am stat şi ultima dată şi se vedea perfect la televizor"). Ai putea, de asemenea, să ceri un scaun lângă o ieşire de urgență, care, de obicei, are mai mult spațiu pentru picioare, dar, indiferent cât de lung eşti în picioare, nu te aştepta ca cererea ta să fie împlinită tot timpul: nu ai cerut locul cu pricina în prealabil, iar scaunele respective sunt în general foarte solicitate şi, de obicei, alocate părinților cu copii mici. De asemenea, fii pregătit ca unele companii aeriene să tarifeze suplimentar pentru locurile respective. Dacă ai tupeu şi eşti îmbrăcat îndeajuns de bine ca să întrebi dacă este cumva disponibilă o ofertă, pregăteşte-te să zâmbeşti şi să râzi când însoțitoarea îți va spune că nu.

La punctul de control, înainte să ajungi în sala de plecări a aeroportului, de obicei, există indicatoare cu obiectele care trebuie trecute prin scanare cu raze X şi ce anume poate rămâne la purtător. Pentru a evita să îi întârzii pe alții, înainte să ajungi la scanare, îndepărtează obiectele care trebuie scanate (în mod normal, bagajul tău de mână trebuie scanat, împreună cu conținutul din buzunare, curele, laptopuri, haine şi orice lichide, dar regulamentul se mai schimbă) şi treci prin dispozitivul de scanare corporală.

Dacă se consideră că bagajul tău de mână conține articole nepotrivite pentru călătoria cu avionul, acestea vor fi confiscate. Nu te certa pentru jumătatea ta de sticlă de whisky, pentru foarfecele din argint gravat sau pentru parfumul Dior. Agenții de securitate au auzit multe şi vei reuşi doar să faci o scenă.

Indiferent de intervalul de timp pe care tu îl consideri rezonabil alocat pentru verificarea biletelor, dublează-l. Drept urmare a unor verificări de siguranță amănunțite şi a unei proceduri de verificare a biletelor dificilă, dar necesară, procesul de a trece de aeroport şi de a ajunge în avion are obiceiul urât de-a dura mereu mai mult decât crezi tu, ceea ce generează stres şi intoleranță față de alții. Dacă aloci mult timp pentru a ajunge la aeroport şi pentru a trece prin acesta, în mod miraculos, nu vei fi tentat să te bagi în față la verificarea biletelor sau la coada din sala de plecări a aeroportului. Bătrânica aceea din fața ta, care îşi scotoceşte prin geanta ei prea mare, nici măcar nu va mai părea atât de diabolică în timp ce îşi găseşte proteza de rezervă, absorbantele pentru incontinență, medicamentele, lenjeria de schimb, periuța de dinți, pasta de dinți, jurnalul, cartea, ceasul deşteptător, chiuveta din bucătărie, cu tot cu instalator, dar nu şi paşaportul. Vei fi întruchiparea bunelor maniere şi a etichetei fără să te treacă transpirațiile la gândul dacă vei mai prinde sau nu avionul.

Dacă eşti, într-adevăr, binecuvântat şi reuşeşti să treci de cozi şi verificări cu viteza fulgerului, sala de plecări îți va oferi mereu posibilități de amuzament.

În timp ce aştepți să te îmbarci la poartă, nu îți aşeza bagajul de mână pe scaune, dacă numărul acestora este limitat şi există pasageri care stau în picioare. Redu conversațiile pe mobil la maximum când te afli la poartă. Închide-ți telefonul înainte să te îmbarci şi porneşte-l din nou doar după ce ieşi din clădirea terminalului, când ajungi la destinație. La poartă, aşteaptă să fie strigat numărul locului tău înainte să urci în avion: dacă încerci să te furişezi mai repede în avion, vei genera un blocaj.

La bordul avionului

Reguli de bază:

• Când te îmbarci, croindu-ți drum pe culoar, ține-ți bagajul în fața ta, mai degrabă decât pe umăr, ca să nu îi loveşti pe cei care sunt deja aşezați. Dacă locul tău se află la culoar, ține-ți coatele şi picioarele înspre interior.

• Dacă locurile sunt nealocate, fii grijuliu când te aşezi. De exemplu, nu te aşeza în mijlocul unui şir de trei scaune, despărțindu-i astfel pe alți doi pasageri care călătoresc împreună.

• Odată îmbarcat, fii atent la cei prinşi în capcană în avion alături de tine, cu precădere la persoana din fața, din spatele şi de lângă tine.

• Nu te descălța, supunându-i astfel pe ceilalți pasageri mirosului dubios al pantofilor şi al şosetelor tale transpirate. Poartă pantofi care se vor adapta uşor la faptul că, odată cu creşterea altitudinii, ți se vor umfla şi picioarele.

• Înainte să îți laşi scaunul pe spate pentru prima dată, întreab-o pe persoana din spatele tău dacă o deranjează să înclini scaunul. Dacă îți va acorda permisiunea (şi probabil că o va face, şocată de astfel de maniere neaşteptate), înclină scaunul doar cât timp dormi, readucându-l la poziția lui verticală în toate celelalte momente ale zborului, şi mai ales dacă persoana din spatele tău îşi foloseşte tăvița ca să mănânce sau ca să lucreze.

• Nu lovi scaunul din fața ta, nici nu te folosi de suportul pentru cap ca să te ridici; ambele acțiuni îl vor deranja pe cel din scaunul din fața ta din cauza mişcării bruşte şi violente.

• Unora le place să pălăvrăgească în avion şi să îşi facă noi prieteni. Alții nu sunt la fel de doritori. Când ajungi la locul tău în avion, întinde mâna şi prezintă-te, adăugând un comentariu în plus despre vreme sau despre cât de aglomerat este avionul. Apoi aşază-te. Dacă cealaltă persoană ar vrea să vorbească, probabil că va spune ceva cu entuziasm. Dacă nu, va răspunde fără vigoare, optând pentru o replică mai scurtă. Dacă te regăseşti în postura nefericită de a sta lângă o moară stricată când ai prefera, de fapt, să dormi sau să te holbezi în depărtare, ia aminte că răspunsurile scurte la întrebări, lipsa de întrebări din partea ta şi o introducere rapidă a căştilor în urechi (chiar dacă nu cântă nimic în ele) ar trebui să transmită mesajul corect de „nu deranjați".

• Nu sta în picioare pe culoar ca să conversezi îndelung cu prietenii tăi. Când stai în picioare, nu vorbi mult. Chiar dacă discuțiile dintre două persoane care stau jos una lângă cealaltă sunt aproape inaudibile, conversația dintre cineva care stă în picioare şi cineva care stă jos este deranjantă şi s-ar putea ca unii pasageri să nu vadă la televizor din cauza ta.

• Fiecare persoană din avion ar trebui să aibă la dispoziție un suport pentru brațe. Dacă se dovedeşte că ai două, înseamnă că foloseşti prea multe, în detrimentul altcuiva.

• Controlează-ți cu strictețe consumul de alcool. Oamenii beți sunt o bătaie de cap, atât pentru însoțitorii de zbor, cât şi pentru pasageri.

• Când foloseşti toaleta, ai grijă să o laşi aşa cum ai găsit-o.

• Dacă foloseşti un player audio sau un player DVD personal, verifică cu cel de alături dacă nu cumva se aude zgomot de la căştile pentru urechi. Dacă foloseşti un laptop, întreabă-l dacă cumva este deranjat de zgomotul scos de apăsarea tastelor. Dacă persoana de lângă tine are laptopul pornit, nu o întreba la ce lucrează, într-un efort de a face conversaţie politicoasă. Sunt şanse mari ca, dacă respectivul munceşte în avion, să fie vorba de ceva urgent pentru el, ceea ce înseamnă că va lucra contracronometru (sau, mai degrabă, cât îi permite autonomia limitată a bateriei de la laptop).

• Gândeşte-te de două ori înainte să apeşi pe butonul care solicită atenția unui însoțitor de zbor. Aceştia sunt foarte ocupați şi fiecare dintre ei se ocupă de un număr mare de persoane. Dacă se poate, aşteaptă până ajunge un însoțitor de zbor lângă tine.

• Dacă ai copii, majoritatea pasagerilor vor înțelege că va fi dificil ca aceştia să facă linişte în timpul unui zbor de cursă lungă, dar, ca părinți, aveți datoria față de ceilalți pasageri să controlați deranjul pe care îl fac. Aduceți jocuri, cărți şi jucării nezgomotoase cu care să îi întrețineți şi nu îi lăsați să fugă pe culoare, să se joace cu scaunul sau să lovească spătarul scaunului din față.

• Dacă sunteți un cuplu, lăsați sărutările pasionale pentru spații mai puțin restrânse şi abandonați planurile chiar şi de sărutări decente, dacă se află cineva pe scaunul de lângă oricare dintre voi doi. Nu vă răsfățați cu alte cele la adăpostul unei pături: veți fi depistați. Dacă sunteți mistuiți de dorința de a vă alătura celor care au întreținut relații sexuale în avion, îndreptați-vă spre toaletă (bărbații mai întâi) şi încercați acolo. Dacă sunteți descoperiți şi se aude o bătaie la uşă, trebuie să încheiați imediat orice puneți la cale şi să ieşiți cu sfială din toaletă, cât mai rapid posibil.

Observaţie

Mişcă-te rapid în toaleta din avion, chiar dacă eşti singur. Dacă este coadă, lasă retuşatul machiajului şi spălatul pe dinți până nu mai este coadă sau pentru când ajungi la aeroport, după ce aterizezi.

La destinație

La aterizare, nu te băga în față, nici nu te împinge, ca să ieşi rapid din avion. Lasă suficient spațiu la banda rulantă pentru bagaje, astfel încât toată lumea să îşi poată identifica şi lua bagajele. Ajută-i pe cei din apropiere care au bagaje mari, cu precădere pe femei, vârstnici şi pe cei cu copii.

Călătorii cu trenul şi autobuzul

Asemenea tuturor formelor de călătorie, dacă îți aloci mai mult timp ca să ajungi la gară, să îți cumperi biletul şi să prinzi trenul sau autobuzul, acest lucru te va face, fără îndoială, mai prietenos şi mai manierat.

Reguli de bază:

• La gară, cumpără un bilet sau ridică un bilet înainte să călătoreşti. Controlorii de bilete din tren sau din autobuz ar trebui să fie ultima ta variantă de cumpărare a biletului, nu metoda asumată.

• În tren sau în autobuz, depozitează bagajul pe rafturile pentru bagaje sau în compartimentele pentru bagaje disponibile. Dacă laşi bagaje voluminoase lângă tine, vei bloca culoarul şi, implicit, trecerea conductorilor şi a altor pasageri.

• Dacă ai o geantă sau un rucsac la tine, nu îl pune pe scaunul de lângă tine, decât dacă sunt mai multe scaune libere; geanta ta nu are aceleaşi drepturi ca un pasager cu bilet şi nu merită un loc dacă sunt oameni care stau în picioare. Pune-o jos înainte să fie nevoie să ți se ceară aceasta. În mijloacele de transport publice, este corect să îi ceri unei persoane să îşi mute bagajele de pe un scaun pe care vrei să îl foloseşti, dacă numărul scaunelor disponibile este limitat.

• Nu consuma alimente fierbinți sau mirositoare şi fă curat după tine, aruncând toate ambalajele şi recipientele goale.

• Fumatul în tren şi autobuz nu este permis.

• Ține-ți picioarele apropiate, pentru a evita să îți expui o zonă a corpului pe care majoritatea celorlalți nu îşi doresc să o vadă şi pentru a evita să invadezi spațiul personal al altui pasager.

• Pune-ți telefonul mobil pe modul silențios. Dacă trebuie să îl folosești, vorbește încet și nu te lungi.

• Toaletele din tren sau din autobuz tind să fie destul de murdare, dar nu le lăsa într-o stare mai rea decât cea în care le-ai găsit.

• Dacă ești cu copii, ține-i sub control. Adu jucării care să îi țină ocupați și nu îi lăsa să alerge în toate părțile, urlând și deranjându-i pe alții.

• Ține volumul de la playerul audio personal redus. Când setezi volumul, scoate-ți căștile și întinde brațul. Dacă se aude în continuare zgomot din ele, volumul e prea tare.

• Dacă împarți o masă cu cineva, folosește doar jumătatea ta. Nu ceda tentației de a împrăștia ziare, reviste, mâncare și cărți doar pentru că tu ai ajuns primul la ea.

• Nu îți pune picioarele pe scaune. S-ar putea ca materialul banchetei să pară semnificativ mai puțin igienic ca tălpile de la pantofii tăi, dar practica punerii picioarelor pe scaune este încă prost văzută.

Respectă eticheta de la călătoriile cu avionul pentru îndrumări referitoare la discuțiile cu alți pasageri în timpul călătoriilor lungi (vezi pagina 150).

Observație

Fii alert. Oferă locul celor care au mai multă nevoie de el ca tine şi oferă-te să te muți pe alt loc dacă asta ar însemna ca cei care călătoresc împreună să stea la un loc.

Călătorii pe apă

Vase de croazieră

Pe un vas de croazieră, locuieşti pe o insulă plutitoare cu multe dintre facilitățile şi activitățile care se regăsesc în oraşul tău. Chiar dacă eşti în concediu, aplică aceleaşi reguli de etichetă pe care le-ai respecta acasă, în magazine, săli de sport, la spectacole şi în alte locuri publice.

Codul vestimentar este la fel de important pe un vas de croazieră, precum este şi în viața de zi cu zi, pe uscat. Urmează îndrumările privind ținuta stabilite în funcție de itinerariul vasului de croazieră sau întreabă compania care oferă serviciile de croazieră despre codurile vestimentare cerute de activitățile şi evenimentele organizate. Împachetează inteligent, pentru diverse condiții meteorologice, dar şi costume de baie şi articole pentru câteva evenimente de seară mai formale: împachetează aceleaşi lucruri pe care le-ai lua dacă ai petrece aceeaşi perioadă de timp la un hotel de lux dintr-o stațiune la mare, în timpul sezonului musonic. Dacă programul nu specifică un eveniment

formal, ținuta de seară probabil că va fi mai degrabă în stilul business casual, decât black tie. Gândeşte-te cu atenție la varianta de a împacheta doar minimul necesar, mai ales dacă împarți cabina cu cineva, întrucât spațiul este deseori limitat. Fii tot timpul curat şi optează mai degrabă pentru formalism.

Reguli de bază:

• Nu te băga în față ca să urci la bordul vasului.

• Odată aflat pe vas, dacă trebuie să traversezi coridorul noaptea sau în timpul zilei, îmbracă-te adecvat, nu în pijamale sau în lenjerie.

• Nu îți lăsa articolele personale pe un scaun sau pe un şezlong ca să îl rezervi pentru mai târziu în timpul zilei. Îți poți lăsa articolele personale pe un şezlong timp de 15 minute, cel mult. Mai mult de atât înseamnă să acaparezi cu egoism şezlongul cu pricina.

• Ai grijă la copiii tăi. S-ar putea ca nu toți ceilalți să îi considere la fel de adorabili pe cât îi crezi tu, iar, dacă îi laşi să facă pozne pe vas, alergând încolo şi încoace şi stropind în piscină, este o dovadă de nepăsare față de ceilalți pasageri şi este şi nesigur. Când par prea entuziasmați, găseşte o activitate liniştitoare sau du-i înapoi în cabină, până sunt mai puțin hiperactivi.

• Dacă există zone pentru fumat, asigură-te că fumezi în perimetrul acestora.

• Fii atent la reguli privind alergatul şi joggingul pe puntea navei, din punct de vedere al siguranței, precum şi în ceea ce priveşte momentul zilei. S-ar putea ca regulile să existe pentru a evita să îi deranjezi pe cei de la nivelul de mai jos. Dacă participi la un exercițiu de grup pe vasul de croazieră sau la o altă activitate, fă efortul de a ajunge la timp.

• Atenție la nivelurile de zgomot. Poartă căşti ca să asculți muzică în locurile publice de pe vas, mai degrabă decât boxe portabile. În cabină, dă volumul încet la muzică şi la televizor, întrucât pereții sunt subțiri. Închide cu atenție uşile: nu le trânti, mai ales noaptea târziu sau dimineața devreme.

• Evită consumul de alcool în exces. Mahmurelile îngrozitoare cel mai probabil că te vor face să fii nemanierat, iar combinat cu mişcarea vasului, cel mai probabil că atât tu, cât şi alții veți avea parte de o călătorie inconfortabilă din pricina senzației de greață pe care o vei încerca.

• Ascultă atunci când un membru al echipajului dă instrucțiuni, pentru a evita să fii nevoit să întrebi mai târziu.

• Lasă plângerile despre probleme pe care personalul evident nu le poate soluționa pentru când eşti acasă şi le poți aşterne în scris; de exemplu, dacă vasul trebuie să facă un ocol neaşteptat sau prezintă o deficiență mecanică. La momentul respectiv, dacă există probleme minore cu care echipajul te poate ajuta (şi încearcă să îți aminteşti că acesta nu poate

„repara“ vremea), cere-i frumos să te ajute. Încearcă să îți păstrezi buna dispoziție, ca să nu îi forțezi pe alții să îți asculte văicărelile.

• Oricând debarci, asigură-te că ştii la ce oră eşti aşteptat înapoi pe navă, ca să nu se îngrijoreze ceilalți sau ca vasul să nu plece fără tine.

• Lasă bacşiş aşa cum ai face-o în viața de zi cu zi.

• Dacă ți se comunică alte reguli adiționale, respectă-le.

Iahturi

Reguli de bază:

• Adu genți moi, mai degrabă decât valize rigide, căci sunt mai uşor de depozitat. Împachetează puține lucruri, întrucât spațiul de depozitare va fi limitat.

• Căpitanul stabileşte regulile de bază. Întrucât el este responsabil de toate aspectele de siguranță de la bordul iahtului, precum şi de întreținerea generală a navei, cuvântul lui este lege, de la ora la care se dă stingerea, până la restricții privind folosirea apei proaspete şi consumul de alcool.

• Cere-i căpitanului permisiunea de a urca la bordul navei. Gândeşte-te la experiența de a călători pe un iaht ca la un concediu în casa de lux plutitoare a căpitanului, unde tu eşti invitatul de onoare. Să ceri permisiunea de a urca la bordul casei plutitoare este echivalentul unei bătăi la uşă.

• Când te urci la bordul iahtului, descalță-te, pentru a evita să deteriorezi lemnul lustruit cu grijă de sub picioarele tale. Adu-ți la tine pantofi cu talpă moale, cum ar fi adidaşi sau pantofi speciali; ți se va cere să îi porți la bordul navei. Dacă îi foloseşti pe țărm, verifică tălpile înainte să îi foloseşti din nou pe iaht.

• Nu irosi apa proaspătă, întrucât cantitatea este limitată. Dacă ai părul lung, întreabă-l pe căpitan sau pe comandant dacă va fi suficientă apă ca să îl speli zilnic. Este mult mai important să fie apă proaspătă de băut, decât să ai tu o podoabă capilară strălucitoare.

• Toaleta de la bord, de obicei, are o metodă de utilizare specifică. Urmează cu atenție instrucțiunile, întrucât s-ar putea să o blochezi dacă nu o faci.

• Nu face zgomot. Când vorbeşti sau asculți muzică sau te uiți la televizor, gândeşte-te dacă există posibilitatea ca altcineva să doarmă sau să se relaxeze în linişte în perioada respectivă. Pereții sunt, de obicei, subțiri, iar sunetul se propagă uşor, aşa că fii atent nu doar dacă deranjezi pe altcineva, dar şi la ceea ce spui.

• Dacă vrei să arunci o privire prin bucătărie, cere permisiunea unui membru al echipajului şi lasă-l să îți sugereze o oră la care ar fi mai

convenabil să o faci, întrucât bucătăria poate deveni foarte aglomerată în anumite momente ale zilei, de exemplu, chiar înainte de cină.

• Atenție să nu bei prea mult în concediile pe apă. Mahmureala nu face casă bună cu răul de mare. Dacă îți faci prieteni pe uscat, iar căpitanul este încă treaz şi în raza vizuală când te întorci, cere-i permisiunea înainte să îi aduci pe aceştia la bord.

• Lasă bacşiş echipajului înainte să pleci. Cel mai bine este să-i înmânezi banii căpitanului într-un plic sigilat, cu o sugestie de cum să îi împartă. De obicei, se lasă bacşiş între 10% şi 15% din taxa de navlosire. Nu uita, când laşi instrucțiuni privind distribuirea bacşişului, să îi incluzi pe toți cei care au contribuit la o călătorie plăcută (de exemplu, echipajul de navigație şi spălătorii de vase, nu doar personalul de servire sau cei pe care i-ai cunoscut personal). Cu toate acestea, dacă ideile tale privind distribuirea banilor sunt inegale sau nu îl includ pe căpitan, poate că este mai bine să distribui fiecărui membru al echipajului câte un plic sigilat.

Eticheta în străinătate

Eticheta în străinătate este o chestiune complicată. Gesturile şi frazele pot fi interpretate foarte greşit în culturi diferite. Ceea ce tu consideri a fi maniere perfecte (o etalare de abilități de observație şi de respect care depăşesc cu mult chiar şi ceea ce poate oferi această carte) ar putea trece neobservat sau ar putea chiar să fie considerat drept jignitor de cei dintr-o cultură diferită. De exemplu, semnul pe care îl folosesc britanicii pentru „ok“ este jignitor pentru cei din Brazilia. Puțin probabil să eviți gafele într-o altă cultură de fiecare dată când

călătoreşti, dar ponturile de mai jos ar trebui să fluidizeze puțin procesul.

• Când mergi într-o țară în care se vorbeşte o limbă pe care tu nu o vorbeşti, cumpără un dicționar de expresii şi învață câteva expresii-cheie, cum ar fi „vă rog“, „mulțumesc“, „bună dimineața“, „unde este…“ şi „cât costă…“. Mulți străini consideră că este o aroganță din partea vorbitorilor de limba engleză să presupună că limba lor se vorbeşte pretutindeni pe glob. Dacă înveți câteva expresii simple, arăți că înțelegi că, în realitate, lucrurile nu stau aşa.

• Expresii precum „bună dimineața“, „bună ziua“, „bună seara“, „vă rog“ şi „mulțumesc“ sunt deseori folosite mult mai liberal în culturile nonbritanice, aşa că foloseşte-le frecvent. Este mult mai puțin probabil ca o persoană să gândească rău despre tine dacă foloseşti prea mult aceste formulări, decât dacă le foloseşti prea puțin. Dacă nu ai reuşit să înveți aceste expresii în limba locală, spune-le în engleză şi zâmbeşte. Limbajul corporal pozitiv te va ajuta mult într-o țară în care nu vorbeşti limba.

• Nu insulta şi nu te amuza pe seama localnicilor în limba ta maternă, presupunând că aceştia nu vor înțelege. În afară de faptul că engleza este o limbă oarecum universală în vremurile noastre, şi de riscul ridicat de a te afla lângă cineva care îți înțelege limbajul, este, pur şi simplu, lipsă de maniere să vorbeşti astfel şi cel mai probabil că vei jigni în timp ce privirea care îți fuge încolo şi încoace şi limbajul corporal transmit foarte clar chintesența lucrurilor pe care le spui, dacă nu chiar înțelesul lor precis.

• Dacă mergi în interiorul țării, notează-ți destinația pe o bucată de hârtie, ca să îi arăți şoferului de taxi sau celui de autobuz, în caz că aceştia nu înțeleg felul în care pronunți o anumită locație.

• Fii conştient de faptul că ceea ce tu consideri bune maniere în oraşul tău natal ar putea fi o încălcare a etichetei în împrejurimi necunoscute.

• Cumpără un dicționar de expresii înainte să ajungi la destinație. Pe lângă faptul că, dacă te echipezi cu câteva cunoştințe locale, vei căpăta trecere în fața localnicilor, iar un dicționar de expresii bun îți va spune care sunt practicile corecte de a lăsa bacşiş în țara respectivă.

• Când vorbeşti cu un localnic despre oraşul sau țara lui, complimentează-le, şi nu compara niciodată oraşul sau țara lui cu ale tale într-un mod nefavorabil. Găseşte ceva frumos de spus, chiar şi dacă doar faptul că oamenii sunt prietenoşi, şi apoi schimbă subiectul, dacă înşiruirea ta în ceea ce priveşte minunățiile din țara respectivă nu este sinceră.

• Fii precaut când vine vorba de a folosi imediat prenumele. Foloseşte titlul cuiva în adresare, până eşti invitat să îi foloseşti prenumele.

• Demonstrează că eşti interesat de împrejurimile respective. Pune întrebări despre obiceiurile locale, precum şi despre atracțiile turistice: tuturor le place să creadă că țara lor este unică şi interesantă la nivel internațional. Evită subiectul politicii țării în care te afli, dar fii pregătit să discuți despre politica şi implicarea internațională a țării tale. De asemenea, evită întrebările personale pe care le-ai adresa în mod normal despre familie, întrucât unora astfel de întrebări li se par intruzive.

• Spune glume cu precauție, întrucât s-ar putea să nu se traducă prea bine în cealaltă limbă, chiar dacă eşti fluent în limba cu pricina.

• Încearcă să nu te opui experiențelor culinare şi să nu refuzi preparate sau băuturi cu care nu eşti obişnuit. Cel mai probabil că ți-au fost oferite cu bunătate şi ar trebui acceptate cu o atitudine similară.

• Atenție la spațiul personal! Culturile diferite au idei diferite față de ce anume reprezintă o invazie a spațiului personal. Fii conştient de faptul că s-ar putea să încalci spațiul personal al altora, în funcție de ideile lor proprii, aşa că, dacă cineva se dă un pas în spate, prinde-te de aluzie şi nu înainta.

• Foloseşte un ghid sau efectuează o căutare pe internet ca să afli despre eticheta generală din țara pe care o vizitezi, înainte de a pleca spre ea.

• Îmbracă-te uşor conservator şi nebătător la ochi, ținându-ți umerii acoperiți, fustele sau pantalonii scurți până la genunchi sau mai jos şi evitând decolteurile adânci sau îmbrăcămintea transparentă până eşti sigur că localnicii nu vor considera stilurile de îmbrăcăminte mai riscante drept inadecvate. Fii conştient de faptul că, atunci când vizitezi atracții locale, cu precădere lăcaşuri de închinăciune, dacă ai părți ale corpului la vedere, fie ele chiar şi gambe sau brațe, acest lucru ar putea fi considerat inadecvat. Întreabă un ghid turistic sau personalul de la hotel ca să afli ce anume este considerat cuvenit.

• Verifică regulile cu privire la fotografiat înainte să îți scoți camera şi să începi să faci fericit fotografii. În unele locuri, cum ar fi muzeele şi

lăcaşurile de închinăciune, nu se permite utilizarea camerelor cu blitz, iar în altele nu se permite fotografierea deloc. Respectă regulile; sunt făcute pentru a conserva obiectele pe care ai mers să le vezi şi să te încurajeze să achiziționezi o vedere sau o fotografie suvenir, ajutând astfel comerțul local şi întreținerea locului în care te-ai simțit bine.

• Să îți foloseşti aparatul de fotografiat într-un mod respectuos înseamnă şi să nu faci fotografii localnicilor fără permisiunea lor, cu precădere copiilor. În propria ta țară te-ai aştepta să primeşti o palmă după cap dacă faci asta şi la fel ar trebui să fie şi în țările pe care le vizitezi. Locuitorii nu sunt doar figuri de interes turistic; sunt în continuare ființe umane, chiar dacă modul de viață şi cultura lor te fascinează.

• Străduieşte-te să îți priveşti acțiunile prin ochii localnicilor şi comportă-te în consecință.

• Deseori nu vei observa când încalci neintenționat eticheta, dar, dacă chiar îți dai seama de ce ai făcut, cere-ți scuze numaidecât şi încearcă să te justifici şi să explici diferențele de cultură folosind un limbaj corporal non-agresiv (de exemplu, nu îți încrucişa brațele) şi eventual fă un gest de bunăvoință, cum ar fi să te oferi să îi cumperi persoanei jignite ceva de băut înainte să îți vezi de drum.

Observație

Optează mai degrabă pentru formalitate când te afli în străinătate, până eşti sigur de codul de conduită local. De la alegerea

îmbrăcămintei, la cum să te comporți în public, este uşor să jigneşti când nu cunoşti regulile societății.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Fii conştient de faptul că eticheta în străinătate ar putea diferi de cea din țara ta. Străduieşte-te să respecți regulile de etichetă din țările pe care le vizitezi.

2. Străduieşte-te să înveți expresiile elementare în limba vorbită în țara pe care o vizitezi, cum ar fi „salut“, „la revedere“ şi „mulțumesc“.

3. Păstrează-ți cumpătul în maşină, în pofida şofatului prost al altora.

4. Fii organizat în ceea ce priveşte documentele de călătorie.

5. Respectă limitele de greutate stabilite de companiile aeriene pentru bagaje.

6. Lasă mai mult decât suficient timp pentru deplasare şi înregistrare acolo unde este nevoie.

7. Fii atent la cei cu care călătoreşti. Alternați alegerile muzicale în maşină; nu sta pe culoar în avion ca să vorbeşti cu alții; păstrează pasiunea pentru un context intim.

8. În cazul în care călătoreşti cu copii, distrează-i şi nu îi lăsa să îi întrerupă pe alții.

9. Respectă dorințele altora de a nu fi deranjați. Dacă este evident că nu vor să vorbească, lasă-i în pace.

10. Împarte şi ai grijă să nu iroseşti resursele insuficiente, indiferent că este vorba de loțiune de protecție solară sau de apă potabilă.

10. Eticheta în timpul mesei

În acest capitol, vei învăța:

• cum să foloseşti tacâmurile;

• cum să te comporți la masă;

• cum să achiți o notă de plată;

• cum să mănânci diverse alimente.

Odată aşezat la masă, nu începe să mănânci până nu au fost serviți toți ceilalţi.

Totuşi, la adunările informale sau dacă servirea este proastă, gazda poate şi ar trebui să le indice celor care au fost serviți că pot începe fără ca ceilalți meseni să se simtă jigniţi de aceştia.

Tacâmuri

Mai jos sunt câteva îndrumări generale referitoare la utilizarea tacâmurilor:

• Eticheta privind folosirea unui cuțit şi a unei furculițe diferă de la țară la țară. Conform etichetei britanice, atunci când mănânci folosind un cuțit şi o furculiță, cuțitul este ținut întotdeauna în mâna dreaptă, iar furculița în stânga. Furculița se ține ca în Figura 10.2, astfel încât degetul tău arătător să stea la două treimi în josul cozii furculiței, iar cuțitul astfel încât arătătorul să stea chiar înainte de începutul lamei.

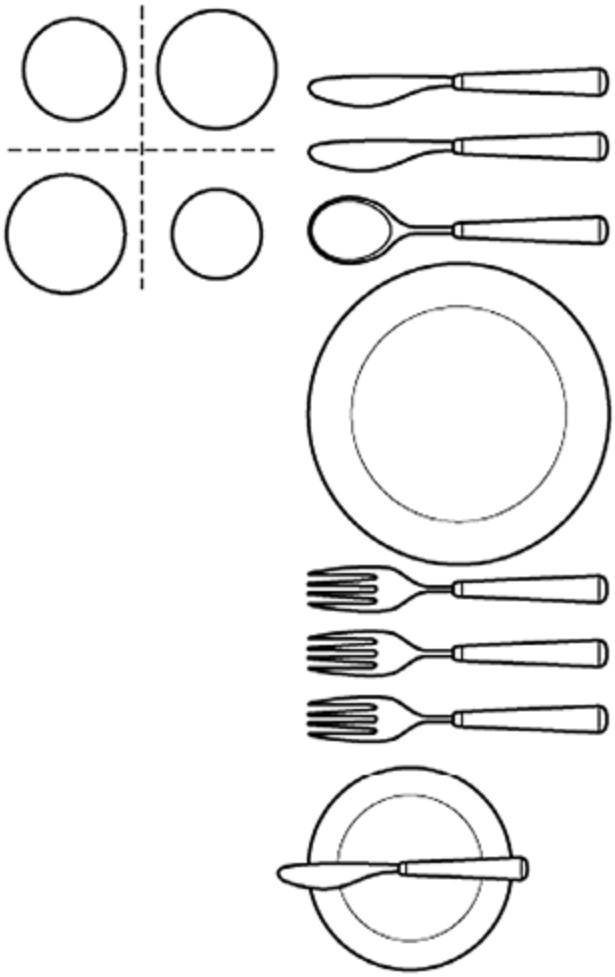
• Ține paharele de picior, ca să eviți încălzirea lichidului din ele.

• Mănâncă desertul cu o lingură, folosind o furculiță, dacă ți se oferă, ca să împingi mâncarea înspre ea.

• Foloseşte-ți cuțitul şi furculița doar pentru mâncat, nu pentru a gesticula.

• Dacă îți cade vreun tacâm pe jos, cere înlocuirea lui.

• Când ai terminat cu cuțitul şi furculița, aşază-le împreună pe farfurie, în poziția corespunzătoare orei 4 sau orei 6 pe ceas.



Furculiță pentru felul principal

Şampanie

Vin roşu

Apă

Vin alb

Farfurie pentru pâine

Farfurie pentru cină

Cuțit pentru antreuri/lingură pentru supă

Cuțit pentru felul principal

Linguriță pentru desert

Furculiță pentru desert

Furculiță pentru antreuri

Cuțit pentru unt

Figura 10.1. Un set de tacâmuri complet

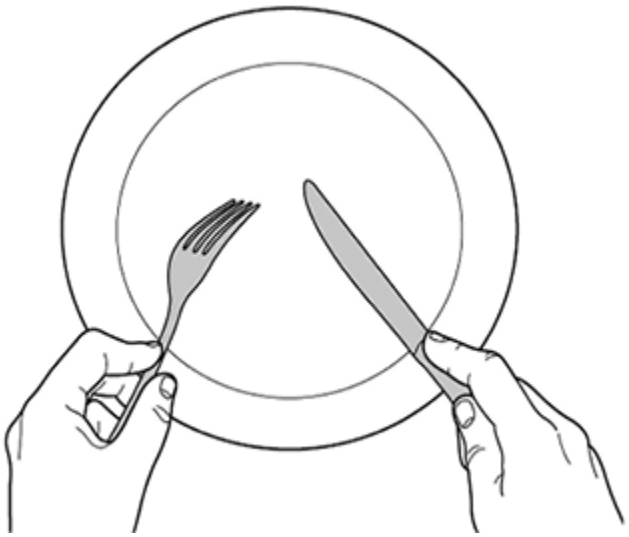


Figura 10.2. Cum se țin cuțitul şi furculița

Cum mâncăm supa

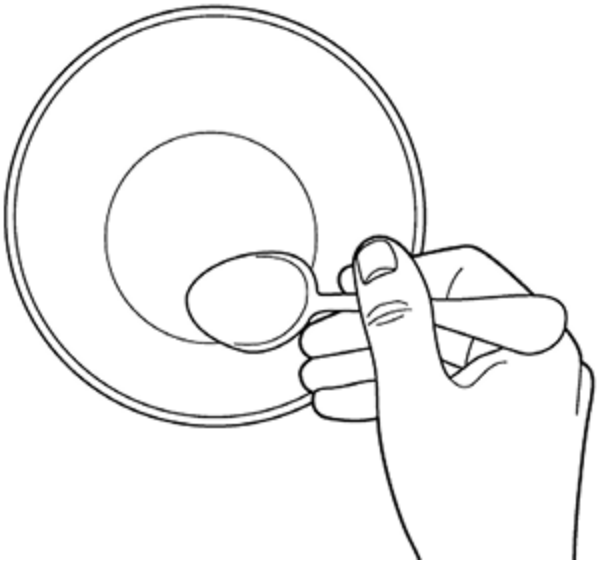


Figura 10.3. Modul corect de a ține o lingură pentru supă

Ține lingura pentru supă ca pe un pix, astfel încât mânerul să îți atingă membrana degetului mare. Ridică lingura din castron îndepărtând-o de tine (astfel încât orice picături care cad să ajungă în castron, nu în poala ta). Când mai rămâne doar o cantitate mică de supă în castron, înclină marginea castronului cea mai apropiată de tine în față, nu înspre tine, şi foloseşte din nou lingura îndepărtând-o de tine. Mănâncă supa în linişte. Nu sorbi cu zgomot. Când sprijini lingura pentru supă, aşaz-o în castron în poziția corespunzătoare orei 4. Când ai terminat, las-o în castron în poziția corespunzătoare orei 6.

O listă cu lucruri pe care să nu le faci

• Nu te lăsa pe picioarele din spate ale scaunului.

• Nu îți sprijini brațele pe spătarul scaunului.

• Nu te machia sau pieptăna la masă.

• Nu îți lăsa articole personale pe masă, inclusiv telefonul mobil.

• Nu răspunde la telefon la masă. Dacă trebuie să îți ții telefonul mobil pornit, lasă-l pe vibrații în buzunar şi răspunde afară.

• Nu ține nici cuțitul, nici furculița în mână în timp ce ridici un pahar ca să bei din el. În schimb, sprijină cuțitul şi furculița fie în poziția corespunzătoare orei 02:45, fie în poziția corespunzătoare orei 03:40, cu dinții furculiței în jos.

• Nu te întinde peste o altă persoană ca să iei un lucru de pe masă; roagă pe altcineva să îți dea obiectul cu pricina.

• Nu îți sprijini coatele pe masă în timp ce mănânci.

• Nu îți linge cuțitul sau furculița.

• Nu rearanja tacâmurile dacă eşti stângaci.

Mențiuni suplimentare

• Paharele pentru vinul roşu sunt mai mari decât cele pentru vinul alb. Şampania se va servi într-un pahar special (un pahar mai lung şi mai subțire).

• Dacă ți se oferă un cuțit pentru peşte (un cuțit bont cu o lamă mai groasă), ține furculița cu mâna stângă, ca de obicei, şi cuțitul pentru peşte ca o lingură sau ca un pix.

• Când aranjezi masa, lama unui cuțit ar trebui să fie mereu îndreptată spre stânga.

• Ca alternativă, linguriță şi furculița pentru desert pot fi aşezate deasupra tacâmurilor, mai sus de farfurie şi perpendicular pe celelalte tacâmuri.

• Nu adăuga niciodată sare sau piper fără să guşti mai întâi preparatul. Dacă ți se pare că preparatul necesită să adaugi mult din cele două, fă-o discret, astfel încât să nu îți jigneşti gazda, cu precădere dacă a gătit chiar ea masa.

• Dacă o doamnă pleacă de la masă în timpul unei mese formale, bărbații ar trebui să se ridice de pe scaune (nu complet) pentru a-i confirma plecarea.

• Potrivește-ți viteza de mâncat astfel încât să termini cam în acelaşi timp cu toți ceilalți de la masă.

• Nu înmuia niciodată o bucată de mâncare de două ori în sos. Dacă o bucată de mâncare a luat contact cu gura ta, mâncarea respectivă nu ar trebui să atingă apoi un castron comun cu sos.

• Nu te linge pe degete. Foloseşte un şervet sau un castron pentru spălat pe mâini.

Observație

Ține minte că masa este un loc la care să mănânci şi să te simți bine mâncând cu alții. Concentrează-te pe sarcina cu pricina; procedând astfel, le va fi şi altora uşor să se bucure de masă. De asemenea, ține minte că, dacă persoana care a gătit este prezentă, aceasta a petrecut timp creând ceea ce mănânci tu, aşa că ar trebui să arăți că apreciezi efortul depus.

Cum se folosesc bețișoarele pentru mâncat

Unele preparate şi ustensile de mâncat aparţinând unor culturi diferite sunt atât de neobişnuite, încât este de aşteptat să nu se ştie cum se folosesc, iar, dacă se cere un cuțit şi o furculiță, nimeni nu îşi va da ochii peste cap. Cu toate acestea, mâncarea chinezească şi japoneză se consumă acum atât de frecvent, încât ar trebui să înveți să foloseşti bețişoarele ca parte a faptului că îmbrățişezi culturile cu pricina.

1. Cu mâna dreaptă, ține capătul lat al primului bețişor cu membrana degetului mare, astfel încât capătul mai subțire să se sprijine între vârfurile degetului tău mijlociu şi inelar (vezi Figura 10.4). Cât timp mănânci, acest bețişor ar trebui să nu își schimbe poziția şi să nu se mişte.

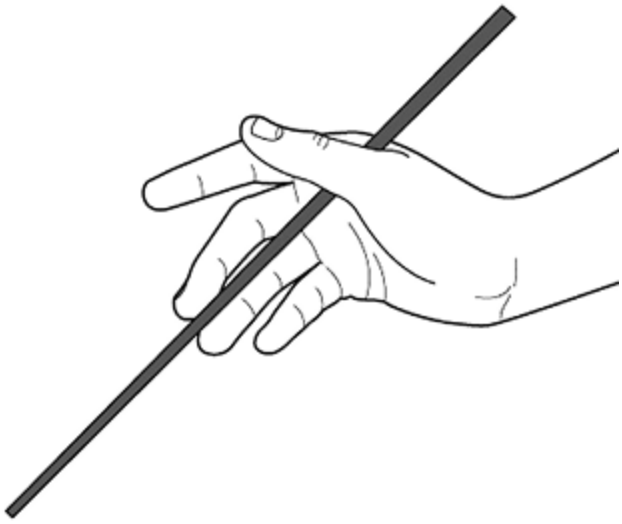


Figura 10.4

2. Apucă al doilea bețișor între degetul arătător şi cel mijlociu, aşa cum ai apuca un creion, cu degetul mare peste capătul lat (vezi Figura 10.5). Asigură-te că vârfurile înguste ale bețişoarelor sunt la acelaşi nivel, ca să poți ciupi mâncarea şi ca să nu se încrucişeze.

Figura 10.5

3. Ține primul bețişor nemişcat şi mişcă-l pe cel de-al doilea, mişcându-ți vârful arătătorului în sus şi în jos, în timp ce degetul mare rămâne relativ nemişcat.

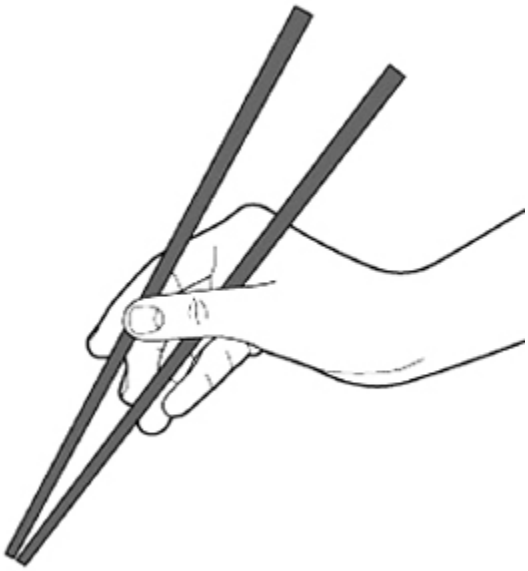


Figura 10.6

4. Exersează închisul şi deschisul beţişoarelor. Asigură-te că nu se încrucişează capetele lor late, întrucât aceasta ar îngreuna apucatul mâncării. Apucă mâncarea din orice unghi care creează stabilitate: aproximativ 45° este adeseori cel mai bine.

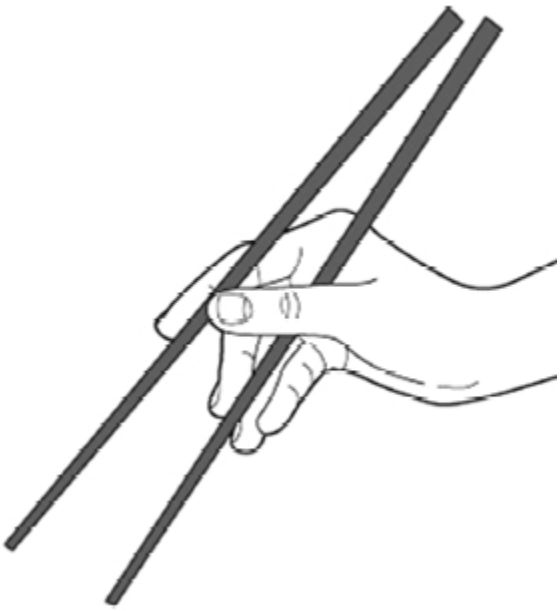


Figura 10.7

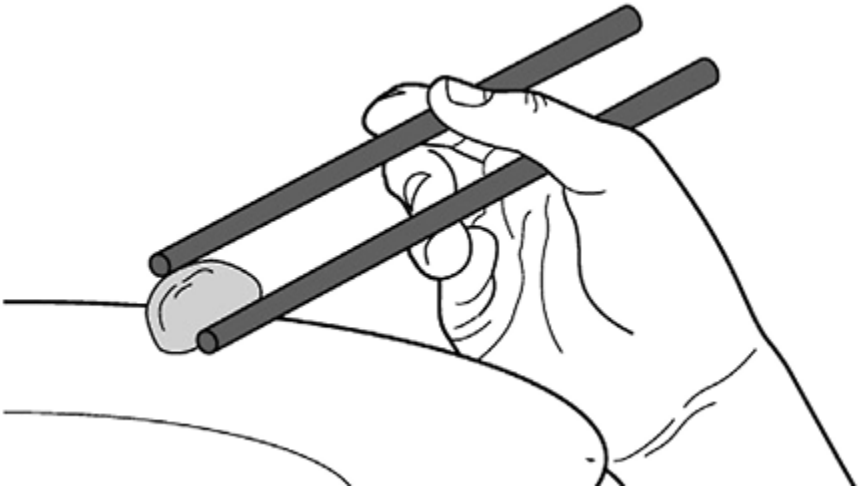


Figura 10.8

Observaţie

Să înveți să mănânci cu bețișoare poate fi dificil şi, la început, frustrant. Dar exersează cât poți de mult acasă, chiar şi cu mâncare non-asiatică, şi ți se va părea uşor să capeți rapid îndemânare în folosirea lor.

Alte mențiuni de etichetă în cazul bețișoarelor pentru mâncat

• Nu îți linge niciodată bețişoarele.

• Ține-ți bețişoarele de la mijloc sau dinspre capătul lat.

• Nu îți înfige niciodată bețişoarele în orez direct în jos; este o dovadă de lipsă de maniere, deoarece seamănă cu poziția bețișoarelor arse în cultura chineză pentru a jeli o rudă decedată.

• Nu îți încrucişa bețişoarele, deoarece este un simbol al morții.

• Când ai terminat cu bețişoarele, aşază-le culcate peste castron sau paralele înapoi în suportul pentru bețişoare.

• Eticheta din cadrul diverselor culturi care folosesc bețişoare pentru mâncat poate varia de la țară la țară. Este înțelept să verifici eticheta din fiecare țară înainte să iei masa cu cineva din țara respectivă.

Observație

Folosirea instrumentelor pentru mâncat corect din punct de vedere cultural accentuează experiența culinară şi a cunoaşterii altor culturi.

Şervete

Când ajungi la masă, aşază-te şi pune-ți şervetul în poală. Aşa dai impresia că eşti gata să fii servit (într-un restaurant) sau gata să mănânci (dacă te afli în casa cuiva). Dacă îți vâri şervetul în cămaşă insinuezi că vei mânca cu atâta neglijență, încât te aştepți să îți verşi jumătate din farfurie pe tine. Dacă îți pui şervetul în poală, pe de altă parte, este o modalitate discretă de a prinde câte o fărâmitură ocazională ce se întâmplă să mai cadă.

Foloseşte şervetul pe tot parcursul mesei ca să îți tamponezi colțurile gurii şi să îndepărtezi fărâmituri rătăcite sau ca să te ştergi pe mâini. Nu te gândi niciodată că marginea unei fețe de masă este o alternativă potrivită pentru oricare dintre scopurile menționate mai sus. Nu folosi şervetul (sau fața de masă, de altfel) ca să te ştergi la nas.

Dacă pleci de la masă în timp ce se serveşte masa, lasă-ți şervetul pe scaunul gol, nu pe masă. La restaurant, dacă îți scapi şervetul pe jos, ar trebui să ceri altul. În casa cuiva, pe de altă parte, este nepoliticos să te

aştepți ca gazda să aibă un şervet de rezervă, aşa că nu îi cere. Dacă, însă, tu eşti gazda într-o astfel de situație, ar trebui să oferi un şervet de rezervă curat, dacă dispui de unul.

La sfârşitul mesei, împătureşte şervetul şi aşază-l în stânga farfuriei. Nu lăsa niciodată un şervet textil pe farfurie, mai ales când iei cina în casa cuiva şi mai ales dacă vei servi mai mult de o masă acolo. Este nepoliticos să presupui că gazda are o rezervă abundentă de materiale textile potrivite pentru o masă, aşadar, dacă îl împătureşti şi îl laşi într-un loc unde nu se va murdări şi mai tare, dai de înțeles că vrei să foloseşti şervetul şi la masa următoare.

Scobitori

Chiar dacă îți sunt oferite la masă, nu vor fi folosite acolo. Dacă este obligatoriu să foloseşti o scobitoare sau dacă ai mâncat un preparat care are şanse mari să îți rămână între dinți, cum ar fi spanacul, ia una dintre scobitori şi du-te la baie şi foloseşte-o acolo. Mâna ta nu este un scut suficient ca să facă din această acțiune una politicoasă la masă şi, în plus, unde ai pune-o după ce o vei fi acoperit cu bucăți de mâncare pe jumătate mestecate extrase dintre dinți?

Vin

Cum să alegi vinul

Într-un restaurant, pentru un necunoscător, să aleagă un vin poate fi un chin inutil de dificil întrucât, spre deosebire de preparatul ales, toată lumea de la masă va fi obligată să aibă de-a face cu rezultatul alegerii tale, fie acesta bun sau rău. Ponturile de aici, totuşi, ar trebui să te asigure că, şi dacă alegi fără să vrei un vin cu gust de acid de baterie, o vei face cu suficientă eleganță încât ceilalți să fie siguri că alegerea este o chestiune de ghinion, mai degrabă decât alegerea evidentă a unui vin prost.

În mod obişnuit, cel care a lansat invitația va plăti (vezi pagina 187), aşa că ceilalți se aşteaptă ca persoana respectivă să aleagă şi să guste vinul. Dacă nu te simți confortabil în acest rol, deleagă, pur şi simplu, responsabilitatea altcuiva care s-ar simți confortabil cu ea: fie unuia dintre invitații prezenți acolo, fie somelierului.

Vinul alb servit strict cu carnea albă şi vinul roşu servit strict cu carne roşie nu mai este regula altădată de neclintit, întrucât amestecurile au devenit mai complexe, iar acum un vin roşu poate fi mai uşor ca unul alb greu. Scopul persoanei desemnate să aleagă vinul este să potrivească preparatele alese pentru petrecere cu vinul ales. Deseori, alegerile sunt atât de variate, încât acest lucru ar fi imposibil de făcut cu o singură sticlă. Ia în calcul varianta de a comanda mai multe sticle sau de a comanda la pahar. Înainte să te uiți pe meniul de vinuri, întreabă-i pe cei prezenți dacă au vreo preferință. Dacă decizia este lăsată la latitudinea ta, sugerează un vin celor prezenți la masă înainte să comanzi şi întreabă dacă alegerea li se pare acceptabilă tuturor. Dacă nu ai preferințe, cere-i somelierului să îți sugereze un vin care să se potrivească cu preparatele comandate. Dacă ştii câte ceva despre vin, foloseşte-ți cunoştințele ca să pui întrebări specifice, dar nu te lungi: nimănui nu îi place un „savant“ plictisitor într-ale vinului.

Cel mai scump vin nu este întotdeauna cel mai bun. De fapt, dacă te prefaci doar că ai avea cunoştințe despre struguri, cel mai scump vin este o alegere mai riscantă decât unul la un preț mediu. Rişti să pară că ai mai mulți bani decât minte dacă l-ai alege pe cel mai scump fără un motiv întemeiat, indiferent că motivul ar fi de natură sentimentală sau o chestiune de gust.

După ce se dă comanda, somelierul va prezenta sticla aleasă, cu eticheta în față, persoanei care a comandat vinul. Aceasta se face, pur şi simplu, pentru a verifica dacă este vinul corect. Verifică cu atenție să fie într-adevăr sticla şi data corectă, mai degrabă decât să afli când se plăteşte nota că te-ai bucurat fără să îți dai seama de o sticlă de vin de patru ori mai scumpă decât te aşteptai. Se scoate dopul şi se pune pe masă; lasă-l acolo. Gustă vinul pentru a hotărî dacă este o sticlă bună.

Se va turna o cantitate mică pentru gazdă. Roteşte vinul în pahar, miroase-l şi apoi gustă-l.

Observație

Vinul se roteşte pentru a intensifica aromele. Ca să nu îl verşi, aşază paharul pe masă şi mişcă-l în cercuri cam de mărimea unei monede de 50 de bani.

Nu este vorba de o oportunitate de a respinge un vin robust doar pe motive de preferințe, ci este doar ocazia de a verifica faptul că vinul nu s-a alterat în vreun fel.

Observație

Degustătorii de vin profesionişti scuipă vinul după ce îl încearcă. Într-un restaurant, însă, înghite-l.

Un vin alterat nu înseamnă, aşa cum cred mulți, că sunt bucăți de plută prezente în pahar, din cauza unei proaste manipulări a dopului. Se zice că vinul este alterat atunci când a intrat în contact cu un dop de plută infectat cu o ciupercă ce produce substanța chimică 1,2,4-tricloroanisol. Substanța chimică (mai degrabă decât ciuperca în sine) îi conferă vinului alterat o aromă nedorită. Un vin alterat este uşor de depistat, întrucât miroase a şosete purtate la sala de sport şi are un gust asemănător. De asemenea, s-ar putea să conțină şi obiecte plutitoare neidentificabile sau să fie tulbure.

Dacă somelierul îți înmânează dopul de plută, trebuie să îl miroşi şi să îl atingi ca să verifici dacă nu este excesiv de umed, o indicație a posibilității ca vinul să nu fi fost depozitat în mod corespunzător. Dacă nu te simți capabil să depistezi un vin alterat prin intermediul acestui ritual, nu ai de ce să o faci sau de ce să dai dopul de plută altcuiva de la masă, ca să verifice. Este mult mai uşor să hotărăşti dacă un vin este alterat din mostra care ți se serveşte.

După încuviințare, se va turna vinul. Lasă-ți paharul pe masă. Nu încerca să îl ajuți pe cel care te serveşte ridicându-l spre el. Este mult mai greu să nimereşti o țintă în mişcare. În funcție de mărimea paharului, cei care servesc pot turna chiar şi doar un sfert din pahar odată. Este un lucru normal, care nu merită a fi remarcat. Dacă nu vrei să bei, zâmbeşte, priveşte spre cel care te serveşte şi spune: „Mulțumesc, dar eu nu beau“. Să îți foloseşti mâna ca barieră sau să îți întorci paharul cu susul în jos se consideră a fi la limita agresivității la masă. Vinul roşu se serveşte la temperatura camerei. Chiar dacă s-ar putea ca găletuşele cu gheață sau răcitoarele să nu fie oferite în mod automat la vinul alb, nu te teme să le ceri chiar tu.

Pe parcursul mesei, ospătarul ar trebui să revină pentru a vă umple din nou paharele. Cu toate acestea, dacă ospătarii sunt ocupați sau, pur şi simplu, neatenți, simte-te liber să o faci singur. În cazul acesta, oferă-te să umpli din nou mai întâi paharele celor care stau de-o parte şi de alta a ta.

La terminarea primei sticle de vin, întreabă-i pe cei de la masă dacă ar vrea să continue să bea acelaşi vin sau dacă ar prefera să alegi altul.

Şampania ar trebui consumată înainte de începerea mesei sau la sfârşitul ei, în timpul toasturilor. Consumul de şampanie pe parcursul mesei este considerat deseori țipător şi de prost gust.

Eticheta privind băuturile aduse de consumatori

Sună întotdeauna în prealabil la restaurant pentru a verifica dacă se permite aducerea băuturilor de către consumatori şi ce taxă se aplică pentru aceasta. Dacă restaurantul nu menționează în mod specific că se vine cu vinul propriu, vinul adus la un restaurant ar trebui să fie relativ rar sau special într-un fel şi ar trebui să nu apară niciodată pe lista de vinuri a restaurantului.

După ce ospătarul deschide şi toarnă conținutul sticlei, este politicos să îi oferi să guste.

Datoria gazdei la cinele festive organizate acasă

Înainte să serveşti vinul, dă-i timp să respire la temperatura camerei. Este responsabilitatea gazdei să se asigure discret că vinul nu este alterat. Gândeşte-te puțin la ordinea în care vrei să deschizi vinurile, dacă sunt mai multe tipuri.

Când torni vinul, fii atent să nu torni sedimente de pe fundul sticlei în paharul unui musafir şi, dacă este nevoie, lasă ultima jumătate de pahar de vin în sticlă.

Subiecte de conversație adecvate

În timpurile şi vremurile noastre, cam orice este permis ca subiect de pălăvrăgeală în timpul cinei, cu excepția chestiunilor de sănătate (care probabil că ar provoca pierderea apetitului); a faptului că nu îți place mâncarea (este o insultă la adresa gazdei sau a organizatorului); sau a politicii şi religiei (o dezbatere animată ar putea foarte bine să se deterioreze şi să se transforme într-o ceartă cât se poate de supărătoare). În plus, în cazul prânzurilor de afaceri, dacă se poate, este mai bine să laşi discuția despre afaceri până după debarasarea farfuriilor după primul fel de mâncare.

Totuşi, de departe cel mai nepoliticos lucru despre care poți vorbi în timpul mesei este subiectul bunelor maniere şi al etichetei în timpul mesei. Nu informa pe nimeni că a dat greş în acest domeniu. Din punct de vedere al bunelor maniere la masă, acest lucru este mai nepoliticos decât orice greşeală de folosire a furculiței.

Cum să te plângi

Dacă trebuie să te plângi, fă-o managerului şi fă-o fără să ridici vocea. Chiar dacă servirea a fost de slabă calitate şi mâncarea abjectă, dacă ai consumat-o, ar trebui să plăteşti pentru ea.

Cum să atragi atenția personalului

Dacă pocneşti din degete, spui „omule“ sau strigi piţigăiat „Garçon!“, cel mai probabil că meriţi să îţi primeşti mâncarea împreună cu orice pedeapsă consideră personalul de servire că ai merita. Personalul de servire va sta cu ochii în patru la cei care au nevoie de ajutor într-un fel sau altul. La fel, aşa cum ai proceda în mod firesc într-un bar, încearcă să atragi privirea unuia dintre cei care servesc şi poate, dacă consideri că este nevoie de clarificări suplimentare, să ridici mâna, dar cel mult la nivelul ochilor.

Dacă pari că nu reuşeşti să atragi privirea unuia dintre cei care servesc şi ai nevoie destul de urgent să ţi se acorde atenţie, nu este o scuză să gesticulezi dezlănţuit. Ridică-te, pur şi simplu, de la masă şi du-te la un membru al personalului, ca să îi explici că ai nevoie de ajutor. Fă-o politicos, nu ai de ce să faci o scenă. Dacă eşti nemulţumit de servire, arat-o prin lipsa bacşişului.

Şampanie

Contrar credinţei majorităţii oamenilor, modul politicos de a deschide şampania este fără pocnitură. Pentru a face aceasta, îndepărtează folia şi siguranţa din sârmă. Ţine partea de sus a dopului de plută cu mâna stângă, cu palma peste dop. Apucă şi răsuceşte uşor sticla. Toarnă şampania răcită în pahare pentru şampanie.

Alimente problematice

Anumite alimente au o etichetă proprie. Unii oameni consideră lupta cu homarul sau sculptatul unei anghinare drept sport extrem, abordabil

doar de către cei foarte experimentați şi cu voință de fier. Alte alimente necesită mai puțină migală, dar sunt la fel de periculoase când vine vorba despre etichetă. De exemplu, felia de lămâie a orbit numeroşi meseni neavizați. Vezi mai jos unele ponturi despre cum să abordezi unele dintre cele mai dificile alimente.

Homar

Dacă homarul este încă în carapace, vei avea nevoie de un cleşte special sau de un ciocănel. Furculițele pentru cocktail, ca să îndepărtezi carnea, sunt, de asemenea, utile.

Înainte să se servească homarul, probabil că va fi spart în toate punctele, iar coada despicată în două. Dacă îl spargi chiar tu, fă-o cu grijă, ținând de homarul ce urmează a fi spart şi, când foloseşti ciocănelul, fii atent la forța cu care îl manevrezi. Nu te ridica pentru a-l folosi. Ține minte că este vorba de o masă civilizată, nu de o competiție ca să vedeți cine este cel mai puternic. Consumă carnea de pe coadă scoțând câte o bucată pe rând. Homarul are carne şi în alte părți, nu doar pe cleşti şi în coadă, dar va trebui să spargi fiecare bucată pentru a ajunge la ea. Se găsesc părți bune şi sub carapacea lui, precum glanda digestivă şi, la femele, icrele roşii (ouă de homar nefertilizate). Dacă apuci o bucată deosebit de mare, tai-o cu un cuțit şi o furculiță. Cleştii mici pot fi curățați şi carnea suptă, ca printr-un pai.

Crab

Ca în cazul homarului, vei avea nevoie de un ciocănel sau de un cleşte ca să deschizi carapacea dacă bucătarul-şef nu l-a preparat astfel încât

să poată fi mâncat doar cu ajutorul furculiței.

În primul rând, scoate-i picioarele şi cleştii, întrucât aici vei găsi cea mai mare cantitate de carne. Apoi, sparge carapacea, cu grijă, astfel încât să nu îi stropeşti pe alții. Majoritatea conținutului din partea principală a carapacei este comestibil, dar, întrucât conține şi organe, cum ar fi plămânii, este deseori ignorat.

Crabul cu carapace moale este tăiat şi consumat ca atare, cu cuțitul şi furculița.

Datorită mizeriei inevitabile şi timpului necesar pentru a consuma un homar sau un crab întreg, se recomandă să îl comandați cu toţii. Numeroase restaurante oferă homar sau crab cu carnea deja înlăturată de pe carapace. Poate fi comandat individual, dacă este servit astfel. Foloseşte o bavețică, dacă se oferă una.

Creveți

Când ai de-a face cu un crevete întreg, mai întâi îndepărtează-i capul. Ține crevetele cu picioarele în sus şi decojeşte carapacea, începând din mijloc dintre picioare şi trăgând pe lățimea carapacei. Bucățile de carapace goale ar trebui puse într-un castron separat pentru resturi sau pe o altă farfurie.

Stridii

Bagă-ți cuțitul în punctul de articulație din partea din spate a cochiliei şi deschide-o forțat, tăind punctul de articulație (unele stridii sunt

servite cu un cuțit bont specific şi robust tocmai pentru aceasta). Apoi, culisează cuțitul sub carne şi taie-o de pe muşchiul care o ataşează de cochilie. Nu înclina stridia, ca să nu se verse lichidul din interiorul ei. Folosind o mişcare de răsucire, desfă cochilia de sus de cea de jos.

Restaurantele cel mai probabil că vor servi stridiile pe jumătate de cochilie, caz în care trece-ți, pur şi simplu, cuțitul între cochilie şi stridie, pentru a te asigura că este desprinsă, asezoneaz-o cu orice condiment preferi – ardeiul iute şi sucul de lămâie sunt, de obicei, însoțitorii clasici – şi soarbe stridia din cochilie. Unii sugerează mestecarea unei stridii crude pentru a aprecia cu desăvârşire gustul ei abundent, sărat, dar nu este greșit să înghiți o stridie întreagă odată, întrucât multora li se pare că are o textură dezgustătoare.

Pâine

Pe farfuria pentru pâine, nu tăia niciodată pâine cu un cuțit, rupe mereu din ea bucăți numai potrivite de înghițit şi, dacă vrei, unge-o cu unt. Dacă untul se află pe o farfurie comună, foloseşte cuțitul pentru unt ca să muți o bucată de unt pe farfuria ta, apoi foloseşte-ți propriul cuțit pentru unt ca să ungi pâinea. Nu înmuia niciodată pâinea în supă.

Sushi

Foloseşte bețişoare pentru mâncat şi/sau degetele. Deşi unii înlocuiesc bețişoarele cu cuțitul şi furculița când consumă alte preparate japoneze sau chinezeşti, nu este niciodată acceptabil să se procedeze aşa pentru sushi.

Sushi înseamnă literalmente „cu orez“, dar termenul se referă şi la preparatul din peşte crud şi orez, care include deseori şi legume împachetate într-o ruladă mică de alge marine. Considerată cândva o delicatesă japoneză rară, sushi este acum un preparat obişnuit în lumea occidentală, chiar dacă modalitatea corectă de a-l consuma nu este.

În primul rând, toarnă din sosul de soia în farfurioara primită. Prea mult sos de soia înfrânge aromele delicate ale peştelui, aşa că, pentru a evita ca orezul să acționeze precum un burete pentru sosul de soia şi, de asemenea, pentru a nu lăsa orezul să se destrame în castronul cu sos de soia, ar trebui să apuci nigiri (sushi format, în esență, dintr-o minge sau un dreptunghi de orez şi o bucată de peşte deasupra) cu degetele, să îl întorci cu peştele în jos şi apoi să îl înmoi în sosul de soia. Nigiri ar trebui apoi consumat cu peştele în partea de jos, astfel încât aroma peştelui să fie prima care să atingă papilele gustative.

În general, indiferent de tipul de sushi consumat, ține minte că sosul de soia nu este o componentă necesară a preparatului şi ar trebui folosit cu măsură. Unii renunță complet la sosul de soia. Când se poate, evită să înmoi cea mai mare parte din orez în sosul de soia. Nigiri ar trebui consumat dintr-o înghițitură. Ruladele de sushi cu alge la exterior ar trebui consumate primele de pe platou, întrucât algele se pot înmuia.

Sashimi (felii de peşte crud fără orez) ar trebui consumat cu bețişoare. Folosindu-te de bețişoare, ar trebui să pui puțin wasabi (hrean verde japonez) pe un colț al peştelui. Un alt colț al peştelui ar trebui înmuiat în sosul de soia. Wasabi este foarte piperat. Foloseşte cantități mici, mai puțin în cazul în care îți place senzația de a scoate flăcări pe nas. Unii consideră că wasabi nu ar trebui adăugat sosului de soia, întrucât contactul cu lichidul îi îndepărtează aroma, dar nu este considerat în general o gafă de etichetă dacă se procedează astfel, întrucât este un comportament întâlnit atât la japonezi, cât şi la occidentali.

În cazul ruladelor de sushi tradiționale şi al nigiri, wasabi a fost, de obicei, adăugat cu grijă de bucătarul-şef între peşte şi orez, cu aceeaşi considerație pe care ar acorda-o un bucătar-şef european folosirii sării pentru a echilibra arome. Se mai pot adăuga arome, dar fii atent la faptul că aroma puternică a wasabiului este considerată a se folosi în

localurile mai puțin respectabile pentru a masca gustul peştelui de proastă calitate. Ca atare, într-un bar de sushi, este mai bine să îi spui bucătarului-şef că preferi mai mult wasabi şi să îi permiți să îl încorporeze în preparatul tău. Dacă te afli la o masă şi ai prefera să îl adaugi chiar tu, fă-o cu cumpătare.

Pentru a-ți curăța palatul între diferitele tipuri de sushi, mestecă şi mănâncă o bucată de ghimbir murat. Unele restaurante sau baruri de sushi le oferă clienților câte o cârpă umedă. Dacă mănânci cu degetele, foloseşte cârpa pentru a te şterge pe mâini între bucățelele de sushi, ca să nu se amestece aromele.

Saké, berea sau ceaiul verde sunt considerate a fi cele mai bune băuturi de consumat când se mănâncă sushi. Mulți cred că vinul are o aromă prea puternică pentru a complimenta sushiul.

Şiş kebab

Ținând şiş kebabul într-o mână, foloseşte o furculiță pentru a împinge bucățile cu cealaltă. Apasă cu forță, dar nu atât de tare încât mâncarea să zboare în toate părțile, în caz că frigăruia s-ar mişca pe neaşteptate. Pentru bucățile care par blocate, continuă, pur şi simplu, să împingi mai mult timp, iar bucata va ceda, în cele din urmă. După ce toată mâncarea este transferată de pe frigăruie pe farfurie, aşază bățul pentru frigăruie pe lateralul farfuriei. Consumă bucățile îndepărtate de pe el cu cuțitul şi furculița.

Doner kebab la ora 4 dimineața, când pleci din club

Ține-l cu ambele mâini şi foloseşte un şervet. Apleacă-te în față, ca să nu laşi ca sosul de chili sau maioneza să ți se prelingă pe haine. În nici un caz nu mânca vreo bucățică de kebab căzută pe podea. Nu există excepții la această regulă, nici măcar regula de trei secunde. Împarte cu alți prieteni flămânzi, îmbibați de alcool. Dacă acasă te aşteaptă cineva în pat, asigură-te că te speli pe dinți cu deosebită vigoare.

Escargots (melci)

Vei avea nevoie de un cleşte pentru melci şi de o furculiță pentru cocktail. Folosind cleştele pentru melci, apucă fiecare melc pe rând. Scoate melcul din cochilie folosind furculița pentru cocktail şi înmoaie-l în sos, dacă este disponibil. Pune cochilia într-un castron separat. S-ar putea ca sosul de unt să fie delicios, dar nu este o scuză ca să lingi cochilia.

Fajitas

Nu le umple prea tare. Foloseşte lingurile pentru servire ca să îți încarci lipia, dar foloseşte-ți mâinile pentru a le rula. Dacă umpluturile sunt la comun, ai grijă să iei doar partea ta din fiecare, pentru ca nu cumva ultima persoană să rămână fără guacamole. Fixează cu grijă capătul cel mai îndepărtat de gură, sarcină care devine mai uşoară dacă ai dat dovadă de cumpătare în etapa de umplere a lipiei. Apleacă-te deasupra farfuriei să mănânci, dar nu în jos. Posibil ca umpluturile să cadă pe farfurie. Dacă se întâmplă aşa, foloseşte un cuțit şi o furculiță, nu degetele, pentru a le mânca.

Brânză

Dacă brânza este sub forma unei secțiuni dintr-o bucată rotundă, taie bucăți pe lungime, întrucât vârful brânzei (punctul central) este mai gustos ca marginea.

Dacă este o brânză tare, de formă pătrată, tai-o cum doreşti tu.

Anghinare

Frunzele de anghinare se consumă doar cu degetele. Miezul anghinarei se mănâncă cu cuțitul şi furculița. Îndepărtează fiecare frunză pe rând. Ținând de partea de sus subțire a frunzei de anghinare, înmoaie baza mai groasă a frunzei în sos. Ținând în continuare de partea mai puțin groasă a anghinarei, trage frunza cu dinții, îndepărtând şi mâncând partea mai cărnoasă a frunzei. Nu se consumă restul frunzei. Pune-o într-o parte pe farfurie sau pe altă farfurie, dacă este disponibilă una. După ce îndepărtezi şi mănânci toate frunzele mari, vei găsi câteva frunze mici, de culoare movulie, cu vârfuri ascuțite. Îndepărtează-le şi nu le consuma. Acum vei rămâne cu miezul anghinarei. Porționează-l în bucățele numai potrivite pentru consum, folosind cuțitul şi furculița, şi foloseşte-ți furculița ca să înmoi anghinarea în sos.

Struguri

Foloseşte foarfecele pentru struguri (dacă sunt disponibile) pentru a tăia sau degetele pentru a rupe o ramură de struguri din ciorchinele principal şi aşaz-o pe farfurie. Din ciorchinele luat, îndepărtează boabele de struguri pe rând, cu mâna.

Strugurii cu sâmburi pot fi consumați fie tăind bobul de strugure cu un cuțit pentru fructe şi îndepărtând sâmburii, fie consumând strugurii întregi şi îndepărtând sâmburii din gură cu degetele. Nu aşeza niciodată sâmburii scoşi pe platoul principal cu fructe; pune-i fie pe farfuria ta, fie într-un şervet.

Pepene

În restaurant sau la o cină formală, dacă pepenele este servit tăiat în jumătate, foloseşte o lingură ca să iei miezul de pe coajă. Dacă felia este subțire, pepenele poate fi mâncat cu cuțitul şi furculița. Dacă pepenele este servit sub formă de cubulețe, foloseşte furculița, nu lingura.

Pepenele roşu se serveşte, de obicei, în felii cu formă de semilună şi ar trebui consumat cu cuțitul şi furculița, dacă este aranjat şi servit alături de tacâmuri. Scoateți sâmburii cu cuțitul şi furculița. În context informal, pepenii pot fi mâncaţi fără tacâmuri, dar încearcă să îndepărtezi mai întâi sâmburii, dacă poți, sau să îi scoți din gură folosindu-ți degetul mare şi arătătorul. Când ai companie, nu scuipa niciodată sâmburii, chiar dacă vă aflați în aer liber, decât dacă eşti în junglă sau într-un alt loc izolat şi nu ai cum să te cureți pe mâini.

Roşii cherry

Sub formă de canapé-uri, se consumă mereu întregi. Pe farfurie, înțeapă-le uşor cu o furculiță şi consumă-le întregi sau taie-le cu grijă în jumătate. Nu înfige niciodată furculița într-o roşie cherry, întrucât s-ar putea să stropească pe neaşteptate.

Spaghete

Modul tradițional de a consuma spaghetele spune că ar trebui să luăm câteva spaghete cu o furculiță, să punem dinții furculiței pe o parte a farfuriei care nu conține spaghete şi să răsucim bucățile de spaghete scoase din grămadă într-un cuib compact pe care să îl vârâm apoi în gură. Puriştii sunt de părere că spaghetele şi tăieței nu ar trebui tăiați cu cuțitul sau cu lingura, întrucât bucățile lungi semnifică longevitate. Doamnele sau domnii de azi ştiu că este o chestiune a naibii de migăloasă şi că orice modalitate folosită pentru a le duce de pe farfurie în gură, făcând cât mai puțină mizerie, este regulamentară. Încearcă să reduci la minimum tăiatul lor, dacă se poate, dar simte-te liber să îți foloseşti lingura pentru a le ghida, uşurând astfel crearea unui mini-cuib de spaghete. Singura regulă care rămâne validă este următoarea: dacă, atunci când ajung la gura ta, unele bucăți de spaghete atârnă, ca un vierme ținut în cioc de o pasăre, muşcă şi lasă bucățile cu pricina să cadă înapoi pe farfurie. Nu aspira bucățile în gură, decât dacă încerci să creezi un soi de operă de artă modernă folosindu-te de hainele tale şi de sosul pentru paste. Şi leagă-ți un şervet la gât doar dacă ai mai puțin de cinci ani.

Mazăre

Să ții mazărea pe furculiță fără să cunoşti tehnica potrivită seamănă cu încercarea de a bate în cuie jeleul. În zilele noastre, unii consideră rezonabilă varianta de a-ți întoarce furculița şi de a o folosi ca pe o lopățică pentru mazăre. Alții, însă, consideră încă această utilizare a furculiței ca pe o lingură total condamnabilă, aşa că, oricât de frustrant ar fi, este recomandabil ca, atunci când te afli în compania unor necunoscuți, să ai grijă la mazăre. Ținând furculița în mâna stângă cu dinții în jos, foloseşte o altă parte a preparatului ca să creezi un limitator pe furculiță. Pune-ți câteva boabe de mazăre pe dosul furculiței şi du-o cu grijă la gură. Este un truc cel mai uşor de realizat când cealaltă parte a preparatului este mai lipicios, cum ar fi piureul de cartofi. Chiar dacă ar trebui să te străduieşti să nu ajungi într-o astfel de situație, dacă mai rămâi doar cu mazărea pe farfurie, înfige furculița în câteva boabe şi ridică-le pe altele pe dosul ei. Boabele de mazăre înfipte în furculiță ar trebui să le țină pe celelalte la locul lor. Nu zdrobi boabele de mazăre ca să depăşeşti această problemă.

Midii

Consumă doar midiile deschise. Foloseşte fie o furculiță pentru cocktail, fie cochilia goală articulată a altei midii pe post de cleşti pentru a îndepărta alte midii din cochiliile lor. Mănâncă midia extrasă întreagă. Foloseşte din plin castronul cu apă oferit ca să-ți clăteşti vârfurile degetelor pe tot parcursul mesei, de exemplu, între mâncatul unei midii şi ridicatul paharului de vin.

Măsline

Într-un context formal, când măslinele sunt servite pe o tavă cu condimente sau delicatese, foloseşte o furculiță pentru măsline sau un bețişor, dacă sunt oferite, pentru a le muta pe farfuria ta. De acolo înainte, măslinele sunt considerate alimente care se mănâncă cu mâna. Într-un context informal, este în regulă să mănânci măslinele direct din castron, dar odată ce ai atins o măslină cu degetele, aceasta trebuie mâncată sau aruncată şi niciodată lăsată în castronul comun. Dacă măslinele au sâmburi, introdu toată măslina în gură şi scoate sâmburele din gură folosindu-ți degetul arătător şi pe cel mare. Pune sâmburele într-un castron separat oferit în scopul acesta, într-un şervet sau într-o parte, pe farfuria ta, niciodată înapoi în castronul comun.

Portocale

Într-un context formal, foloseşte cuțitul pentru fructe ca să îi îndepărtezi ambele capete şi apoi coaja. Tai-o în sferturi sau rupe segmente din ea cu degetele. Coaja citricelor mai uşor de descojit, cum ar fi mandarinele Satsuma, poate fi îndepărtată cu degetele, iar fructul ar trebui rupt în segmente cu degetele, nu tăiat cu cuțitul.

Felii de lămâie în formă de semilună

Fixează felia de lămâie cu o furculiță şi presează, în direcția opusă celorlalți. Dacă nu dispui de o furculiță, stoarce felia cu o mână şi foloseşte-o pe cealaltă ca să te protejezi pe tine şi pe alții de sucul împroşcat.

Cartofi prăjiți

Într-un context formal, cartofii prăjiți ar trebui consumați cu cuțitul şi furculița, în timp ce în context informal sunt considerați un preparat care se mănâncă cu mâna. Folosirea țepuşei de lemn oferită cu cartofii prăjiți din localurile specializate este strict opțională.

Burgeri

În context formal, burgerii ar trebui tăiați în jumătate. Fiecare jumătate poate fi apucată apoi separat şi consumată aşa cum s-ar consuma un sandviş. Apleacă-te în față ca să te asiguri că dacă îți cade din umplutura burgerului, bucățile vor ajunge pe farfurie. Poți mânca umplutura respectivă mai târziu, cu cuțitul şi furculița. În contextele mai informale, apucă burgerul întreg.

Grătare

Hotdogii, hamburgerii, coastele şi bucățile mici de pui sunt tratate ca alimente care se mănâncă cu mâna. În cazul fripturii, al peştelui şi al bucăților mari de pui, foloseşte cuțitul şi furculița, tăind câte o bucățică pe rând.

Pui

În context formal, puiul se mănâncă mereu cu cuțitul şi furculița, indiferent ce parte a puiului ți se serveşte.

Porumb fiert

În context formal, îndepărtează porumbul de pe cocean folosind un cuțit pentru friptură şi mănâncă-l cu furculița. Într-un context informal, muşcă boabele direct din cocean, ținându-l cu ambele mâini.

Banane

La o cină formală, descojeşte banana, pune coaja într-o parte pe platoul cu fructe, tai-o în bucăți potrivite pentru mâncat folosind cuțitul pentru fructe şi mănâncă-le cu furculița pentru fructe. În context informal, dacă nu ştii cum să mănânci o banană, cel mai probabil că nu eşti suficient de mare ca să citeşti această explicație.

Când încerci preparate culinare noi

Fă-o doar când eşti cu prietenii, niciodată la prânzurile de afaceri sau la evenimentele formale, unde nu îi cunoşti bine pe toți invitații. Explică situația dificilă în care te afli şi să sperăm că cineva te va

îndruma. Dacă nimeni nu ştie cum se mănâncă corect un anumit preparat, atunci simte-te încurajat de faptul că va fi greu să jigneşti pe cineva. Cere-i personalului de servire îndrumări generale referitoare la care părți anume sunt comestibile şi care nu, şi apoi fă-ți de cap.

Canapé-uri

Încearcă să eviți preparatele care ar putea face mizerie. Gândeşte-te la mărimea şi la textura lor, deopotrivă. Dacă chiar le guști, să ai la îndemână un şervet ca să te ocupi de bucățelele care se vor desprinde sau de sosul care va picura. Dacă te trezeşti că ai băgat în gură ceva ce nu poți mesteca, transferă-l cu discreție din gură în şerveţel şi debarasează-te de el la toaletă sau pe tava pentru farfurii şi pahare folosite.

Invadarea spațiului personal

Chiar dacă manierele la masă sunt deseori considerate cea mai dificilă parte a etichetei, din pricina tuturor ustensilelor adiționale implicate, poți mânca liniștit dacă respecți câteva reguli de bază asemănătoare celor necesare unui comportament politicos în viața de zi cu zi. Gândeşte-te cum îi poți ajuta pe cei care au nevoie şi cum să nu invadezi spațiul personal al altcuiva. Chiar dacă îți ții furculița de parcă ai fi gorilă şi bei şampanie dintr-o cană, dacă reuşeşti să o faci fără să îți vâri cotul în fața altcuiva, cel mai probabil că nimeni nu se va simți dezamăgit de faptul că încalci unele aspecte mai rafinate ale codului de bune maniere.

Plata

Cel care invită, plăteşte. Ceilalți nu ar trebui să comande cel mai scump articol din meniu. Dacă, însă, nu există o gazdă evidentă, nota de plată ar trebui achitată de toți. Să calculezi costul specific al preparatelor şi al băuturilor consumate se consideră a fi lipsă de rafinament, întrucât este o dovadă de lipsă de generozitate şi se consumă prea mult timp vorbindu-se despre bani, care nu este cel mai plăcut subiect de conversație cu care să închei o cină agreabilă. Dacă împărțiți nota de plată, încearcă să îți aminteşti să iei numerar la tine, întrucât întregul proces este considerabil mai puțin dureros atât pentru tine, cât şi pentru personalul de servire. Dacă, însă, este evident că unii au comandat puțin şi, de exemplu, nu au consumat băuturi alcoolice, atunci cade în sarcina celorlalți să insiste să plătească mai mult. Dar estimează cu generozitate cam cum s-ar împărți nota de plată, mai degrabă decât să calculezi exact, şi pune o bancnotă în plus.

Oricât de nedrept ar părea, cei care câştigă semnificativ mai mult ar trebui să plătească mai mult, fără să facă un spectacol din aceasta. Dacă câştigi bine, pune o bancnotă în plus, pretinzând că ai consumat mai mult vin ca ceilalți sau că ai comandat un preparat mai scump. Să mănânci în oraş este o chestiune scumpă, iar cele câteva bancnote în plus ar putea face o diferență majoră pentru cei cu bugetul limitat. Simte cum te umpli de aura generozității şi ține minte că este mai uşor pentru o cămilă să treacă prin urechea acului, decât să intre un bogat în împărăția cerului… Dar, dacă plăteşti mai mult decât ar trebui la cina cea de taină, cel mai probabil că vei fi invitat din nou şi ți se va oferi un ac foarte mare şi o cămilă în miniatură.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Cel care plăteşte ar trebui să aleagă vinul. Dacă persoana cu pricina se simte incapabilă să facă o alegere bună, ar trebui să delege sarcina altcuiva.

2. Nu folosi scobitori la masă.

3. Află cum se folosesc cuțitul şi furculița.

4. Aşteaptă până când toată lumea a fost servită şi abia apoi începe să mănânci.

5. Nu reclama în gura mare eventualele probleme de la restaurant.

6. Nu pocni niciodată din degete ca să atragi atenția personalului de servire.

7. Mănâncă preparatele dificile cu grijă, străduindu-te să nu îi împroşti pe alți meseni cu mâncarea ta.

8. Cel care lansează invitația plăteşte.

9. Ține-ți coatele apropiate şi nu te întinde şi nu vorbi peste alții. Evită să invadezi spațiul personal al celor aflați la masă.

10. Dacă împărțiți nota de plată, împărţiți-o în mod egal.

11. Vorbind în public

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să îți alegi frazele când vorbeşti în public;

• cum să îți alegi subiectul despre care să vorbeşti;

• cum să ții toasturi, să faci prezentări, să mulțumeşti, să ții prezentări şi discursuri;

• să vorbeşti la radio sau la televiziune.

Îndrumări generale în ceea ce priveşte vorbitul în public

Observație

Uită-te în oglindă înainte să vorbeşti în public. Asigură-te că părul îți este aranjat şi că nu ai resturi de mâncare între dinți. Dacă arăți bine, te vei simți încrezător când vorbeşti.

Când foloseşti microfonul

Dacă se poate, mergi mai devreme la locul respectiv, pentru a testa microfonul. Odată ce începi să vorbeşti, evaluează volumul microfonului după chipurile celor din public şi ajustează-ți poziția dacă este nevoie, pentru a scădea sau a creşte volumul. După ce ajustezi volumul, stai locului. Dacă microfonul pare să provoace mai multe probleme decât rezolvă, încearcă să te descurci fără el şi să îți ajustezi în schimb vocea.

Evită clişeurile

Dacă este o frază pe care eşti obişnuit să o auzi sau să o vezi scrisă, oamenii se vor plictisi dacă o rosteşti.

Utilizarea statisticilor

S-ar putea ca statisticile să fie o unealtă valoroasă în consolidarea argumentului pe care îl aduci, dar nu sunt absorbite prea bine auditiv.

Limitează-te doar la câteva statistici vitale şi, când se poate, nu folosi numere ca să îți prezinți statisticile. De exemplu, în loc de 50% spune „jumătate“; pentru 51% spune „puțin peste jumătate“.

Apelul la umor

Discursurile pot fi mai dezghețate, mai lejere şi mai distractive dacă se folosește cu grijă umorul. Cu toate acestea, ca să funcționeze, umorul trebuie să fie relevant pentru discurs şi să se încadreze bine în acesta. Oricât de convenabil ar fi să te amuzi pe seama demnității altcuiva, nu o face.

Înjurături

Nu înjura niciodată. Poate că, în mintea ta, ar părea amuzant sau dramatic, dar cu voce tare cel mai probabil că va suna doar grosolan şi rişti să îi jigneşti pe membrii mai delicați ai publicului.

Toasturi

Când ții un toast

S-ar putea să fii avertizat mai din timp că ți se va cere să ții un toast, dar la fel de bine s-ar putea să ți se ceară să scoți cuvinte din neant cu doar câteva minute înainte. Încearcă să îți amintești că scopul unui toast este să o prezinte pe persoana în cinstea căreia se ține într-o lumină favorabilă. Dacă ți s-a cerut să ții un toast, cel mai probabil că o cunoşti pe persoana cu pricina îndeajuns de bine ca să ții toastul.

Dacă nu ai fost avertizat din timp, aşa cum se întâmplă deseori, nu intra în panică. În timp ce paharele tuturor sunt umplute, gândeşte-te la persoana în cinstea căreia se ține toastul, ce este special la ea şi la momentele distractive pe care le-ați petrecut împreună sau la activități la care se ştie că participă.

Ca să captezi atenția grupului, ridică-te, ținând paharul sus (nu bate în pahar). Pune-ți paharul jos şi vorbeşte clar şi sincer despre persoana în cinstea căreia ți s-a cerut să ții toastul.

Observație

Când ții un toast în cinstea cuiva, stai cu fața spre persoana respectivă şi ai contact vizual cu ea în mod constant. Spre sfârşitul toastului, treceți o dată privirea prin încăpere, ca să îi incluzi şi pe cei din public.

Vorbeşte despre persoana cu pricina la persoana a treia şi vorbeşte în numele grupului, de exemplu: „Cred că suntem cu toții de acord că Julia este, în mod natural, sufletul petrecerii, dar probabil că momentul ei culminant a fost atunci, în Spania, când a dat startul unei sieste de patru zile împreună cu localnicii“. Majoritatea toasturilor sunt ținute la evenimente vesele, aşa că exprimă-te cu voioşie.

Vorbeşte între unul şi trei minute, punându-l pe subiectul toastului într-o lumină favorabilă, chiar dacă trebuie să te prefaci că prietenii lui încă

îl adoră în pofida unei puzderii de defecte cică nu foarte grave. Nu este o ocazie să faci de râs pe cineva: toastul trebuie să fie curat, mai ales dacă sunt prezenți copiii sau părinții respectivului. Nu folosi glume pe care unii oameni de la eveniment nu le vor înțelege.

Încheie cu: „Vă rog să vă ridicaţi şi să închinaţi paharul împreună cu mine în cinstea lui [inserează numele persoanei cu pricina]“, apoi ridică-ți paharul, ia o gură din el şi aşază-te. Dacă te afli într-un restaurant, cel mai bine este să nu te mai ridici.

Îndatoririle persoanei în cinstea căreia se ține toastul

Dacă eşti cel pentru care se ține toastul, rămâi aşezat pe scaun şi nu bea. Dacă te ridici sau bei din pahar va părea că te feliciți singur. Cu toate acestea, cel în cinstea căruia se ține toastul ar trebui să se ridice şi să răspundă la toast după terminarea acestuia, mulțumindu-le şi celui care a ținut toastul şi gazdei. Dacă toastul nu este adresat unei anumite persoane, ci se vrea a fi pentru toți cei din încăpere, cum ar fi, de exemplu, toasturile patriotice sau toasturile în cinstea unei echipe sportive, toată lumea poate bea.

Ce se bea?

Şampania sau vinul sunt băuturi tradiționale pentru toasturi, dar băuturile nealcoolice, cum ar fi apa, sucul şi apa carbogazoasă sunt înlocuitori buni pentru cei care nu consumă alcool. Într-un context informal, se poate ține un toast cu orice tip de băutură.

Toasturi de loialitate şi cele patriotice

Toasturile de loialitate sunt cele în cinstea monarhului aflat la domnie. Necesită o singură propoziție: „Doamnelor şi domnilor, Regina!“ Toată lumea ar trebui să se ridice.

Toasturile patriotice sunt cele în cinstea forțelor militare. Asemenea toasturilor de loialitate, şi acestea sunt simple: ridică-te, spune „În cinstea forțelor armate ale…“, ridică paharul, bea din el şi aşază-te.

Dacă faci parte din publicul prezent la toast, dacă nu ți se spune altfel, te ridici pe toată durata cuvintelor de final ale toastului, ridici paharul odată cu cel care ține toastul, bei, apoi te aşezi la loc. Reacția corespunzătoare la orice toast este să spui „[numele celui în cinstea căruia se ține toastul]“, să bei şi să te aşezi.

Prezentări

Înainte să prezinți pe cineva în public, documentează-te. Să găzduieşti o prezentare înseamnă să îl prezinți pe cel care va vorbi, spunând cum se numeşte şi ce anume îl califică pentru prelegerea respectivă. Asigură-te că poți pronunța corect numele celor pe care îi prezinți, că le-ai verificat titlul deținut şi că le-ai confirmat fără urmă de îndoială istoricul, motivul pentru care vorbesc şi subiectul despre care vor vorbi. Prezentările tradiționale se încheie cu numele persoanei pe care o prezinți, în forma: „Doamnelor şi domnilor: Ion Popescu“.

Prezentarea să fie scurtă şi specifică; publicul a venit să îl asculte pe vorbitorul principal, nu o prezentare incoerentă a acestuia. Dacă te afli

în public, la sfârşitul prezentării aplaudă, drept semn că eşti de acord cu faptul că este un orator merituos.

Oratori principali

Aspecte de bază

• Dacă eşti prezentat, mulțumeşte-i întotdeauna celui care a făcut prezentarea.

• Priveşte-ți ascultătorii, luând contact vizual cu cât mai mulți posibil şi vorbind mai degrabă cu ei, decât înspre ei.

• Nu depăşi limita de timp, în caz că exista una. Propune-ți mereu să termini de vorbit mai devreme decât se aşteaptă de la tine, şi nu mai târziu.

• Străduieşte-te să nu îți plictiseşti publicul. Structurează-ți bine discursul. Începe cu ceva surprinzător, ca să le captezi atenția, şi încheie într-un stil dramatic. Exersează.

• Foloseşte notițe ca să îți aminteşti de punctele-cheie ale discursului, mai degrabă decât să memorezi sau să citeşti întregul discurs. Aşa va suna mai natural, precum o conversație cu un grup de oameni, nu ca o prelegere.

• Fii sincer şi documentează-te. Este nepoliticos să te aştepți ca oamenii să te asculte dacă nu cunoşti în profunzime subiectul despre care vorbeşti.

Evaluează-ți publicul!

Ia în calcul publicul căruia i te vei adresa şi adaptează-ți discursul în consecință. Foloseşte cuvinte care crezi că vor fi înțelese; nu folosi jargon, acronime sau expresii din limba vorbită, decât dacă eşti sigur că publicul le va cunoaşte şi se va simți confortabil cu faptul că sunt folosite. Alege cuvinte potrivite pentru publicul tău.

Totuşi, ținând cont de toate acestea, nu le vorbi de sus celor din public, cu precădere vârstnicilor sau tinerilor. Membrii acestor grupuri nu sunt proşti; cât timp îți ajustezi vorbirea astfel încât să fie accesibilă pentru ei, subiectul ar trebui să fie în continuare inteligibil. Poate că tu eşti mai documentat în ceea ce priveşte subiectul despre care vorbeşti, dar membrilor din publicul care te ascultă le-ar plăcea să fie tratați ca ființe umane inteligente.

Observație

Cei neîncrezători când vine vorba despre vorbit în public tind să cadă în capcana în care îşi cer scuze pentru discursul lor. Nu o face; doar dacă trebuie să îți ceri scuze pentru ceva anume, de exemplu, dacă întârzii, căci altfel va atrage atenția asupra oricăror greşeli mici care altminteri ar putea trece neobservate.

Evită subiectele tangențiale!

Indiferent care este subiectul discursului tău, nu divaga de la subiect. Publicul şi-a dedicat timpul ca să asculte un discurs despre un anumit subiect şi nu va aprecia dacă te îndepărtezi de subiectul cu pricina, chiar şi în cazul discursurilor care nu sunt despre afaceri. De exemplu, dacă vorbeşti la o nuntă, rămâi la subiectul despre mireasă, mire şi experiențele celor doi, fără să divaghezi amintindu-ți cine a câştigat Champion's League în anul în care s-au cunoscut şi spunând că şi tu ți-ai cunoscut iubita în anul respectiv şi apoi despre cum v-ați cunoscut voi doi mai exact, continuând apoi cu povestiri despre prima voastră întâlnire şi relația ce a urmat.

Când faci prezentările

Dacă te-a prezentat cineva pe tine, mai întâi trebuie să îi mulțumeşti. Dacă prezinți tu pe cineva, cade tot în seama ta şi sarcina de a-i lăuda pe organizatorii evenimentului şi standardul celorlalți concurenți, dacă a fost vorba despre o competiție pentru un premiu. Este normal şi să explici de ce este prezentată persoana cu pricina, după care să numeşti câştigătorul spunând: „Îmi face mare plăcere să îi înmânez acest premiu lui…“ sau alte cuvinte de genul acesta.

Când accepți un premiu

Zâmbeşte, cu un aer încântat, şi ține un discurs scurt. Mulțumeşte comisiei care ți-a acordat premiul, precum şi oricui altcuiva care te-a ajutat să obții premiul cu pricina (antrenori, părinți etc.). Pregăteşte-te pentru ceremonia de premiere gândindu-te la ce vei spune dacă vei câştiga premiul. Dacă lista celor cărora trebuie să le mulțumeşti este lungă, scrie-o pe o foaie şi ia-o cu tine, ca să o poți consulta când primeşti premiul. Nu tăia pe nimeni de pe listă, decât dacă enumerarea tuturor numelor de pe ea ar dura mai mult de două minute (aceasta înseamnă aproximativ 100 de nume). Mai bine să le mulțumeşti unor zece persoane care nu se aşteptau la asta, decât să uiți o singură persoană care se aştepta la mulțumiri şi merita să le primească.

Vot de mulțumire

Votul de mulțumire era înainte o chestiune formală care cerea un discurs complex pregătit, dar, în zilele noastre, este mai mult o chestiune spontană. Secretul unui vot de mulțumire bun este să asculți oratorul principal şi să îi demonstrezi prin mulțumirile tale că ai absorbit lucrurile pe care le-a spus.

Nu contrazice sau corecta idei susținute în discursul principal. Dacă te tentează să o faci sau dacă discursul principal a diferit foarte tare de propriile gânduri şi principii, foloseşte o frază de genul „Mulțumesc, domnule, pentru un discurs controversat care sunt convins că ne va face să ne gândim o vreme la tema respectivă“. Încheie cu: „Doamnelor şi domnilor, haideți să ne arătăm aprecierea pentru [adaugă numele]“.

Vorbind la radio sau la televiziune

Dacă nu eşti calificat să vorbeşti despre subiectul propus, refuză invitația şi, dacă se poate, sugerează pe cineva care ar fi mai calificat ca să comenteze pe tema respectivă. Dacă ai fost ales să reprezinți o organizație sau un comitet, verifică înainte să accepți dacă organizația sau comitetul respectiv ar fi fericiți să se discute despre tema cu pricina şi să te aibă ca reprezentant. Întreabă de ce te-au ales şi decide pornind de la aceasta.

Ia în calcul posibilitatea de a cere o listă cu întrebări înainte de interviu. Aşa vei avea ocazia de a te gândi la cum vrei să răspunzi, dar nu exersa răspunsuri specifice, întrucât ar distruge fluxul discuției. Răspunde cu mai mult de un cuvânt, dar scurt şi fără sarcasm. Nu te repeta, dar rămâi la subiect. Concentrează-te pe a vorbi lent şi clar şi cu cât mai puține ezitări de genul „ăăă“ intercalate. Repetă cu un prieten înainte de emisiune. Nu înjura şi nu te gândi cu seriozitate dacă vreo glumă pe care o vei face l-ar putea jigni pe vreun ascultător.

Nu vei avea mult timp la dispoziție. Respectă instrucțiunile prezentatorului sau producătorului referitoare la când anume să închei ce ai de spus. În cazul în care participi la o emisiune de televiziune, îmbracă-te îngrijit şi adecvat.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Nu înjura când vorbeşti în public.

2. Mergi mai devreme pentru a testa microfonul.

3. Redu la maximum statisticile.

4. Foloseşte umorul, dar ai grijă să fie relevant, de bun simţ şi accesibil pentru toți cei din public.

5. Ridică-te în picioare când ții un toast şi fă-o scurt şi cu o atitudine pozitivă.

6. Dacă toastul este în cinstea unei anumite persoane, aceasta nu ar trebui să bea.

7. Documentează-te cât mai mult posibil pe subiectul ales pentru o prezentare şi aşteaptă-te la întrebări.

8. Evită subiecte tangențiale temei discursului tău.

9. Vorbeşte într-un limbaj accesibil publicului.

10. Când accepți un premiu, mulțumeşte tuturor celor care te-au ajutat să îl obții.

12. Cum să te descurci în oraş

În acest capitol, vei învăța:

• cum să supraviețuieşti în mijlocul mulțimii;

• cum să foloseşti mijloacele de transport în comun;

• cum să te descurci în viața de zi cu zi în oraş.

Eticheta se respectă, de cele mai multe ori, pentru a ne armoniza cu ceilalți. Totuşi, în oraş, problema este că există oameni care consideră un comportament destul de nepoliticos drept stil de viață. Deci, care sunt artificiile la care putem recurge pentru a ne comporta bine?

În oraşe, spațiul personal este de mărimea unei cutii de chibrituri, străinii par mai amenințători şi numărul celor la care trebuie să ai grijă ca să nu îi jigneşti este, pur şi simplu, mai mare. Există câteva reguli stricte care vor înlocui atenția şi considerația acordată altora, dar cele menționate mai jos subliniază câteva dintre cele mai răspândite erori.

Viteza de deplasare pe jos

Oamenii de la oraş vor să ajungă peste tot cât se poate de repede. Cine ştie de ce bărbatul acela la costum a ales să sprinteze o milă până la metrou în loc să plece din casă cu cinci minute mai devreme sau de ce femeia aceea cu cărucior se antrenează, de fapt, pentru un maraton. Fascinația celor de la oraş faţă de mersul rapid este mai puțin o necesitate şi mai mult un mod de viață, dar când intri într-un oraş, intri într-un acord de-a ține pasul sau, cel puțin, de a încerca să nu stai în calea nimănui. Dacă poți, măreşte pasul şi mergi în linie dreaptă acolo unde se poate. Să coteşti pe trotuar pare dizgrațios şi, în plus, îi blochează pe alții. Foloseşte un limbaj corporal care transmite că deții controlul: mergi cu spatele drept, cu capul sus şi lasă-te ghidat de vederea periferică. Nu sta în mijlocul trotuarului ca să te uiți la o hartă, ci stai pe margine.

Pentru cei care încearcă deja să doboare recordul de viteză la deplasarea pe jos, țineți minte că, în pofida grijii obişnuite de a ajunge la stația de metrou cu trei minute mai devreme, pur şi simplu, nu este în regulă din punct de vedere moral să trânteşti la pământ trei bătrânele şi să te aşezi pe un copil.

Este dificil să te orientezi într-un oraş aglomerat. Înainte să ni se permită să conducem, trebuie să promovăm câteva teste pentru a demonstra că avem un comportament curtenitor şi sigur față de alții pe şosele. Traficul pe trotuar este deseori mult mai dificil, dar singurul nostru îndrumător este punerea în practică a etichetei, aşa cum este ea descrisă mai sus.

Cărucioare

Faptul că ai supraviețuit unui travaliu nu înseamnă că trotuarul îți aparține. Nu lovi căruciorul de gleznele altora. În plus, nu înghionti

căruciorul pe carosabil ca metodă de a încetini traficul: este periculos pentru copilul aflat în grija ta şi îți acordă întâietate într-un mod grosolan, încălcând regulile de prioritate aplicabile în cazul drumurilor.

Traversarea străzilor

Uită-te înainte să traversezi şi nu sări în fața maşinilor. Este o dovadă de proastă creştere să fii călcat de o maşină şi să nu fii prezent ca să îți recunoşti vina. Dacă o maşină se opreşte ca să te lase să treci, ridică-ți mâna la nivelul sternului în timp ce traversezi, în semn de mulțumire, chiar dacă acest lucru s-a întâmplat pe o trecere de pietoni.

Atenție la bagaje!

Până şi măgarii ar putea arăta mai grațioşi decât mulți dintre cumpărătorii înrăiți la finalul unei după-amiezi de sâmbătă pe o stradă comercială. S-ar putea ca alții să aibă o singură plasă şi grația unei gazele, dar să simtă nevoia să îşi răsucească încântați pantofii noi pe vârful degetului tău. Nici una dintre aceste posturi nu este ideală pentru spațiile aglomerate de genul celor pe care le întâlnim într-un oraş. Majoritatea oamenilor înțeleg că este dificil să cari multe plase şi nu vor fi invidioşi pe faptul că un cumpărător entuziast are parte de mai mult spațiu. În schimb, cumpărătorul entuziast ar trebui să aibă grijă să fie atent ca bagajele lui să nu ducă la o adevărată cursă cu obstacole pentru alții. Asigură-te că ții plasele aproape de tine: la nevoie, este de preferat să te loveşti tu peste picior, decât să îl loveşti pe un străin. La urma urmei, sunt cumpărăturile tale.

Fii grijuliu când trebuie să laşi din mână bagajele. Când se poate, nu le lăsa într-un loc în care un străin va trebui să le ocolească. Dacă ai multe plase, încearcă să nu călătoreşti cu mijloacele de transport în comun la orele de vârf: dacă timpul îți permite, opreşte-te la o cafenea până trece ora de vârf.

Scări rulante şi ascensoare

Pe scările rulante, pe partea dreaptă se stă, cu plasele în față sau în spate, şi pe partea stângă se circulă. Nerespectarea acestei reguli le dă de înțeles celorlalți unul din două lucruri: fie eşti nepoliticos, fie nu ai cei şapte ani de acasă.

Ascensoarele, chiar dacă au fost create pentru ca oamenii să nu mai transpire sub haine, deseori au tocmai acest efect, întrucât începem să le luăm de bune. Când se poate, foloseşte scările ca să urci sau să cobori un etaj sau două, ca să previi ca un ascensor posibil deja aglomerat să se oprească pentru tine.

Observaţie

Fii cu precădere atent la necesitatea de a folosi un lift în loc de scări la orele aglomerate din zi, cum ar fi la începutul programului de lucru, la prânz şi la sfârşitul programului de lucru.

Atât în cazul ascensoarelor, cât şi al scărilor rulante, fă-le loc celor care se luptă cu bagaje şi oferă-te să îi ajuți. Ține mereu uşile deschise

pentru cei care par să intenționeze să intre în ascensor, mai puțin atunci când acesta este deja plin la maximum.

Metrou şi autobuze

Iată câteva îndrumări elementare:

• Atenție la cei care stau jos şi la cei care stau în picioare. Nu te simți niciodată jenat să îți oferi locul altei persoane dacă simți că aceasta ar avea mai multă nevoie de el. Circulă multe poveşti despre domni bine intenționați care au fost făcuți praf de femei în vârstă care s-au simțit ofensate, dar ține minte că, în astfel de situații, cei din jur o vor fi considerat pe femeia în vârstă ca fiind personajul nemanierat din chestiunea cu pricina.

• Atât bărbații, cât şi femeile ar trebui să fie pregătiți să îşi ofere locurile oamenilor în vârstă sau femeilor însărcinate, dar bărbații ar trebui să o facă cu entuziasm, în timp ce femeile ar trebui să o facă fără să se plângă, doar dacă pare că nici unul dintre bărbați nu intenționează să se ridice. Eticheta nu prevede ca bărbații să cedeze locul unei femei de vârstă apropiată cu a lor, dar, dacă o faci, vei fi considerat un gentilom de excepție pentru că înțelegi ce înseamnă agonia de a purta pantofi cu toc.

• Femei, nu vă simțiți insultate dacă bărbații nu vă oferă (sau vă oferă) un loc, dar simțiți-vă libere să înjurați în gând (nu cu voce tare) orice bărbat care se ia la întrecere cu voi pentru un loc, ajunge la acesta cam în acelaşi timp cu voi şi se aşază mormăind satisfăcut şi mulțumit.

• Dacă eşti însoţit de un copil sub vârsta de cinci ani şi nu prea sunt locuri libere, ţine-ţi copilul în poală, mai degrabă decât să ocupe singur un loc care ar putea fi folosit de un adult.

• Nu îţi lăsa niciodată bagajele pe un loc altminteri liber, atunci când metroul este aglomerat şi locurile disponibile sunt puţine. Ţine-le în poală sau pune-le pe podea.

• Îi poţi cere unei persoane să îşi mute bagajele dacă acestea ocupă un loc pe care vrei să te aşezi; nu îi poţi cere unei persoane să îşi mute copilul.

• Oricât de politicos ar fi să ţii uşa deschisă pentru ca un prieten să intre într-o clădire sau într-o încăpere, nu ţine uşa de la metrou blocată, mai ales la orele de vârf. Aşteaptă următorul metrou. Dacă ţii uşa deschisă, vei întârzia în jur de 500 de persoane timp de 30 de secunde (altfel spus, vei provoca o întârziere totală de câteva ore), în timp ce să aştepţi următorul metrou va dura aproximativ două minute, uneori chiar numai unul.

• Dacă stai lângă uşă când metroul este aglomerat, dă-te jos din tren, ca să îi laşi pe alţii să coboare, şi apoi urcă înapoi.

• Chiar dacă este aglomerat, nu te împinge. Două corpuri nu pot ocupa acelaşi spaţiu în acelaşi timp.

• La ora de vârf, deschide-ți ziarul doar dacă ai suficient spațiu ca să o faci fără să îi atingi pe alții. Dacă nu se poate, mulțumeşte-te să citeşti paginile exterioare pliate.

• Zâmbeşte-le străinilor din mijloacele de transport în comun, dar nu vorbi. Dacă crezi că ți-ai zărit iubirea vieții tale, înmânează-i persoanei asupra căreia îți reverşi afecțiunea o carte de vizită sau o bucată de hârtie cu numărul tău de telefon, când oricare din voi coboară din metrou. Nu îi cere numărul de telefon; nu încerca să o angrenezi într-o conversație.

Igienă

Să fii curat şi îngrijit nu este doar o chestiune de mândrie personală, ci ține şi de respectul față de ceilalți. Foloseşte deodorant şi spală-te pe dinți. Poartă haine curate. Mirosurile îngrozitoare sunt cu precădere observabile în spațiile restrânse. Fă zilnic duş dimineața, cu precădere vara.

Când achiți cumpărăturile

Fii curtenitor, dar expeditiv, când te adresezi persoanei de la casă, pentru binele ei şi al celor care stau la coadă în urma ta. În cafenelele aglomerate, localurile de tip fast-food sau locurile în care cozile sunt lungi, plăteşte cu numerar ori de câte ori poți. Încearcă să nu foloseşti bancnote mari la plăți de valoare mică, cu precădere la piață unde deseori nu sunt disponibile bancnote mici şi monede, dar cere-ți iertare dacă nu poți evita acest lucru. Dacă tu eşti vânzătorul şi se întâmplă

asta, înțelege că nu poate fi evitat, capul sus şi nu spune nimic despre asta şi poate că următorul individ va plăti totul cu mărunțiș.

Observație

Nu uita să îți scoți căştile de la playerul MP3 şi să îți închei conversația telefonică înainte să ajungi la casă.

La bancomat

Pentru mulți, teama de a retrage ultima bancnotă din luna aceea doar ca să îi fie smulsă de cel care se află în spatele lui la bancomat este suficientă ca să îi ascută simțurile față de toți cei care se află la un braț distanță. Alții îşi ascund codurile PIN aşa cum şi-ar ascunde răspunsurile la un test de ortografiere din timpul examenelor şcolare, aruncând în mod regulat priviri furișate peste fiecare umăr. Problema este că hoții obişnuiți din zilele noastre nu respectă deseori codul vestimentar tradițional ce ar presupune să porți o cagulă şi haine de gangster, aşa că cetățeanului de rând îi este tot mai greu să facă diferența dintre un infractor autentic şi un individ de rând care are probleme cu spațiul personal. Ca să fie clar că eşti un tip amabil, genul care nu are şanse să ajungă la închisoare, stai mai departe (cam la doi metri, dacă se poate), privind în direcția bancomatului, ca să fie clar că aştepți la rând. Concentrează-te pe orice se află în direcția respectivă, mai puțin pe tastatura cu numere. Şi nu purta cagulă.

Taxiuri

Într-un taxi, să fii un client amabil este la fel de important ca a fi un şofer curtenitor.

Ține minte că, deseori, şoferul foloseşte maşina proprie, aşa că ar trebui să o tratezi cu acelaşi respect cu care ți-ai trata propria maşină: nu trânti uşa, nici nu intra în ea cu foarte mult noroi pe pantofi. Lasă-i bacşiş şoferului (vezi pagina 261). Dar în nici un caz nu îl numi „domnul taximetrist“ sau „şofer“, întrucât este o atitudine condescendentă. În cazul şoferului de taxi, expresia „timpul înseamnă bani“ este cât se poate de adevărată. Pregăteşte banii ca să plăteşti înainte să ajungeți la destinație.

Şi în cele din urmă…

Infracțiuni

Ratele infracțiunilor sunt mai ridicate în oraş decât oriunde altundeva. Dacă cineva te jefuieşte, mulți vor înțelege dacă uiți câteva dintre aspectele mai rafinate ale etichetei. Dacă ți se smulge geanta şi ai noroc să îl prinzi pe infractorul vinovat, simte-te liber să îl pocneşti cu plasele (şi palma) la plecare şi să ignori orice restricții în ceea ce priveşte înjurăturile. Fă-l în câte feluri vrei tu; se va aştepta la aceasta. Cu condiția să nu fie copii în jur, evident.

Eticheta în cluburile de striptease

Respectă regulile casei. Dacă simți că, la un moment dat, ai încălcat sau ai forțat o regulă şi că ai ofensat în vreun fel personalul, lasă bacşiş mare, ca să nu te mai simți prost. În orice caz, când te gândeşti cât să laşi bacşiş, gândeşte-te cât ai cere tu pentru acelaşi lucru şi fii generos.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Fii atent la cei care se grăbesc şi fii atent la ceilalți când tu te grăbeşti.

2. Ține căruciorul la o parte din calea altora, când se poate.

3. Nu îi lovi pe alții cu plasele tale.

4. Fă-le loc celor care au bagaje în ascensoare aglomerate şi pe scările rulante.

5. Urcă sau coboară pe jos două etaje în momentele zilei în care cel mai probabil că liftul este aglomerat.

6. Cedează locul în mijloacele de transport în comun celor care au nevoie de el mai mult decât tine.

7. Ține copiii mici în poală, nu pe un scaun, în mijloacele de transport în comun aglomerate.

8. Zâmbeşte-le străinilor în mijloacele de transport în comun, dar nu insista să faci conversație cu ei dacă nu pare binevenită.

9. Tratează taxiurile cu acelaşi respect cu care ți-ai trata propria maşină.

10. Nu aşeza plase pe scaunele din mijloacele de transport în comun atunci când locurile libere sunt limitate.

13. Eticheta în relații

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să flirtezi cu un posibil partener;

• cum să te comporți la întâlniri;

• cum să te împarți între prieteni, familie şi partener;

• cum să pui capăt unei relații.

Evoluționiştii pretind că eticheta este o creaţie la fel cum sunt chipurile asimetrice, şoldurile late şi sânii mari la femei şi trăsăturile dure, colţuroase ale bărbaților. Ei susțin că singurul scop al etichetei izvorăşte dintr-o dorință de a găsi un partener merituos cu care să te reproduci; este un semn de bună creştere, de descendență bună şi implicit de gene bune. Prin urmare, nu este de mirare că eticheta în relații şi manierele în scopuri sexuale sunt pe prim-plan în mințile bărbaților şi ale femeilor din ziua de astăzi, iar modul în care tratezi sexul opus pare a fi pentru mulți cel mai important aspect al manierelor în orice epocă. În vremurile trecute, cele mai proeminente aspecte ale etichetei erau cele care implicau relații cu sexul opus: prezentările, curtarea şi cererea în căsătorie sunt doar câteva dintre

ele. Scopul principal al etichetei rămâne acelaşi: penajul de păun metaforic care atrage un partener, dar regulile s-au schimbat drastic în ultimii 50 de ani.

Instrucțiunile enumerate mai jos se aplică relațiilor sexuale, fie ele heterosexuale sau homosexuale. Pentru mințile libere, dar mai puțin ştiințifice, rezultatul final al naşterii de copii nu este atât de important în zilele acestea precum este să găseşti pe cineva cu care să te tăvăleşti în pat. În plus față de această modificare adusă normei în vigoare cu 50 de ani în urmă, feminismul, chiar dacă a avut fără îndoială şi beneficii, a tulburat lumea etichetei. Odată cu libertatea oferită sexului frumos a venit o puzderie de dificultăți în elaborarea modului „corect" de a-i trata pe cei de sex opus. Bărbații vor să fie generoşi, iar femeile nu vor să renunțe la egalitate şi la dreptul de a-şi arde sutienul dacă aşa vor. Respectarea regulilor de etichetă de mai jos reprezintă mai degrabă o punere în scenă a unui cadru de reglementare, decât o judecată la adresa capabilității sexelor.

Primele principii

Indicii generale:

• Acum, şi bărbații şi femeile pot solicita o întâlnire. Totuşi, atunci când întrebi, nu te holba la sâni sau la organele genitale.

• Atenție la invadarea spațiului personal al prăzii tale. Cel mai probabil, dacă păstrezi distanța față de o persoană până se hotărăşte în ceea ce te priveşte, aceasta o va face să se apropie de tine mai târziu.

• Replicile de agățat de prost gust sunt dureros de nepotrivite şi dau dovadă de lipsă de originalitate. Potențialilor parteneri le place să creadă că sunt speciali şi fabuloşi într-un mod unic pentru pretendentul lor. Dacă foloseşti o replică răsuflată, de fapt, infirmi cele de mai sus. Dacă poți spune replica cu multă ironie, s-ar putea ca acest fapt să îți ofere o fereastră scurtă în care să o farmeci pe cealaltă persoană, adăugând un strat de istețime fără pereche şi conversație interesantă şi profundă, dar s-ar putea ca procesul să fie dur. S-ar putea ca femeile să aibă mai multe şanse de reuşită în acest sens când îi abordează pe bărbați, întrucât au de partea lor şi noutatea inversării rolurilor tradiționale.

• Pentru o prezentare mai puțin primejdioasă, bărbații şi femeile se pot oferi să îşi cumpere reciproc băuturi. Cu toate acestea, băutura nu îi face rost cumpărătorului de timp petrecut cu destinatarul, căci acest lucru este decis de destinatarul băuturii, în mod independent. Este, totuşi, nepoliticos să nu mulțumeşti după prima băutură şi să accepți mai mult de o astfel de băutură propusă fără să conversezi cu cel care ți le cumpără. La a treia băutură, dacă intenția celui care le cumpără este în mod evident o idilă, destinatarul nu ar trebui să mai accepte, decât dacă nutreşte aceleaşi sentimente. Oricât de şomer ai fi, nu cere niciodată banii înapoi.

• Ca alternativă, gândeşte-te la ceva original de spus şi porneşte de acolo. Ajută dacă eşti amuzant, dar nu trebuie să fii geniu ca să inventezi ceva unic, chiar dacă este vorba, pur şi simplu, despre ceea ce l-a făcut pe celălalt să iasă în evidență în primul rând. Cele mai reuşite replici creează o conexiune, dar nu garantează nimic.

• Dacă flirtează cineva cu tine, chiar dacă arăți ca Marilyn Monroe şi eşti agățată, în medie, de 50 de persoane pe noapte, fii drăguță: respectivul a avut nevoie de tupeu ca să vină la tine. Minte, dacă trebuie, şi spune că îți

pare rău (minciună), că pare genial (minciună) şi că în alte circumstanțe ai accepta (minciună), dar că momentan te vezi cu cineva (minciună, minciună, minciună), sau că tocmai te-ai despărțit de cineva (minciună), sau că, pur şi simplu, nu cauți pe nimeni în viața ta, pentru o vreme (minciună). Dacă poți, fii amuzantă, ca să înveseleşti atmosfera. De exemplu, spune că ți-a murit hamsterul şi că eşti prea supărată ca să te gândeşti la idile (minciună). Exprimă-ți clar sentimentele, dar fii politicoasă. Dacă cineva te refuză, pricepe aluzia. Adună-ți mândria, spune „Ce păcat!" şi întoarce-te la prietenii tăi, care sunt încântați de compania ta.

• Bărbații şi femeile manierate pot flirta cu câte persoane doresc de-a lungul nopții, dar pot face schimb de lichide corporale (inclusiv de salivă) doar cu unul. Alege, însă, cu înțelepciune, căci, dacă ne luăm după manierele moderne, după schimbul cu pricina, chiar şi flirtatul cu altă persoană este o practică nerecomandată.

• Dacă cel care ți s-a băgat pe sub piele îți dă o adresă de e-mail la care să îl contactezi, în loc de un număr de telefon, nu insista pe cifre. Distribuirea datelor de contact este o alegere personală.

• Nu da în mod intenționat un număr greşit. Dacă ai prefera să nu îți dai numărul, ia-l tu pe al celeilalte persoane. În astfel de circumstanțe, nu trebuie să îl foloseşti.

• Observați o diferență crucială, doamnelor şi domnilor: este corect să nu suni la un număr de telefon care ți-a fost înmânat fără să ceri tu asta sau ca gest defensiv, pentru că nu ai vrut să ți-l dai pe al tău, dar este un comportament necinstit să ceri detaliile de contact ale cuiva şi apoi să nu le foloseşti. Dacă ignori cumva această regulă, într-un moment de prostie şi

de beție, aureola etichetei tale se va reface doar dacă trimiți un mesaj scurt în care spui că te-ai simțit foarte bine, dar momentan, pur şi simplu, nu vrei să te întâlneşti cu nimeni.

Întâlniri amoroase

Prima întâlnire

Cel care invită organizează. Dacă tu eşti organizatorul, oferă-te să plăteşti şi refuză de două ori dacă cealaltă parte menționează să împărțiți nota de plată sau să plătească ea. Dacă celălalt întreabă a treia oară oarecum apăsat sau menționează în orice moment că s-ar simți mai bine aşa, permite-i să achite o parte din nota de plată. Organizatorul nu ar trebui să îşi lase niciodată invitatul să plătească toată nota de plată. Ideal ar fi să plătească când invitatul se ridică pentru un moment de la masă, evitând astfel cu totul situația respectivă.

Observație

Aranjează primele întâlniri în locuri publice, astfel încât cel cu care te întâlneşti să nu se simtă pândit sau în pericol.

Urmând regula de mai sus, în relațiile heterosexuale, de cele mai multe ori, bărbații sunt împovărați cu sarcina de a scrie cecuri, întrucât

probabilitatea ca ei să inițieze întâlnirea este în continuare foarte crescută. Dacă femeia pare să se agite (judecând după paragraful de mai sus), un bărbat ar trebui să insiste cu entuziasm, fără să facă vreo referire la feminism, să plătească el, poate folosind o frază degajată de genul: „Poți să plăteşti tu data viitoare“, dacă intenționează să o revadă pe femeie.

Începe întâlnirea spunând că trebuie să ajungi în altă parte după aceea, chiar dacă, în realitate, locul cu pricina este în pat, cu o cană de ceai lângă tine. Stai cel puțin o oră la întâlnire. Dacă după ora respectivă a devenit clar că nu mai vrei să te vezi cu persoana în cauză, pleacă recitând motivul menționat la începutul întâlnirii. Dacă după ora respectivă vrei să prelungeşti întâlnirea, prefă-te că preiei un apel afară, prin care se anulează planurile pe care le aveai inițial. Ieşi pe uşa din spate sau pe geamul de la baie doar dacă te simți amenințat. Cere-i unui prieten să te sune ca să verifice că eşti în siguranță, dar nu cu o „urgență“ ce necesită numaidecât prezența ta (în cazul acesta ai putea la fel de bine să îi spui celui cu care eşti: „Nu numai că mi se pare că eşti plictisitor şi urât, dar mai cred că eşti şi prost pe deasupra“).

Vorbeşte despre subiecte generale, de exemplu, despre muncă, casă, vreme, metrou etc. Evită subiectele riscante, cum ar fi avortul, eutanasia şi foştii iubiți. La prima întâlnire nu este în regulă să discuți despre subiecte care ar putea declanşa o reacție emoțională, aşa că nu le menționa. Nu întreba când au făcut ultimul test de depistare a bolilor cu transmitere sexuală (decât dacă plănuieşti să faceți sex în seara respectivă). Nu întreba cât câştigă pe an. Încearcă, în schimb, să abordezi subiecte de discuție lejere, amicale. La primele întâlniri se verifică scânteile de suprafață, nu curenții subiacenți.

Deşi, aşa cum s-a demonstrat în mai multe capitole ale acestei cărți, bunele maniere te pot forța să fii de-a dreptul avar cu adevărul, nu spune: „Păstrăm legătura“, dacă este o minciună sfruntată. Dacă cumva, panicat de dorința de a scăpa, suferi de un acces diareic de platitudine verbală şi îți scapă fără să vrei o astfel de frază de pe buze, trimite un e-mail sau un mesaj scris în ziua următoare, în care să te scuzi într-un fel sau altul şi să explici că momentan nu poți ieşi la

întâlniri romantice (cum ar fi: „Îmi placi, dar, pur şi simplu, nu sunt pregătit să mă întâlnesc cu cineva la modul serios“ sau, mai sincer, „Eşti o persoană grozavă, dar cred că chimia dintre noi nu este potrivită“).

Observație

Evită cinematograful ca locație pentru o primă întâlnire. Poate că tu te-ai hotărât deja ce vrei, dar s-ar putea ca persoana cu care te întâlneşti să vrea să discute un pic cu tine, să vadă dacă sunteți compatibili.

A doua întâlnire

A doua întâlnire ar trebui să urmeze acelaşi tipar ca prima întâlnire. Cel care invită şi organizează ar trebui să se străduiască să plătească. Subiectele de conversație alese pot fi puțin mai riscante, dar ține totuşi cont de faptul că (încă) nu sunteți cei mai buni prieteni. Dacă ți se pare că un subiect provoacă o reacție emoțională, cel mai bine este să schimbi subiectul, decât să îl aprofundezi.

A treia întâlnire

Nu contează cine a lansat invitația. Dacă până atunci una dintre persoane a plătit deja de două ori, este de datoria celeilalte persoane să

sară acum cu banul. În relațiile heterosexuale, cel mai probabil că bărbatul se va oferi, iar femeia va insista. Dacă, însă, trebuie luată o decizie finală, fie plăteşte organizatorul întâlnirii, fie se împarte nota de plată. Subiectele de conversație pot săpa puțin mai adânc, dar nu forța pe cineva să îți vorbească despre un lucru care este evident că îl face să se simtă inconfortabil.

A patra întâlnire şi după

Fiecare parte ar trebui să găsească o modalitate de a plăti pentru sine, ca să nu devină o povară financiară. Doar pentru că cineva te consideră mai bun ca şampania într-o după-amiază însorită nu înseamnă că salariul lui s-a dublat ca prin magie după primul vostru sărut.

Nu există un moment „corect“ în care să faci sex cu cineva. Să insinuezi, prin acțiunile sau cuvintele tale, că o persoană a ales momentul greşit este o lipsă de politețe crasă. Dacă ajungi în pat cu un partener de la prima întâlnire, înainte să îl etichetezi drept „destrăbălat“ sau, respectiv, „uşuratică“, ține minte că tangoul se dansează în doi.

Aşteaptă să ți se ceară să îți laşi lucruri în casa partenerului. După şase luni, dacă nu s-a întâmplat în mod firesc, spune-i partenerului că vrei să laşi o geantă mică cu lucruri la el acasă, mai degrabă decât să uiți „accidental“ obiecte în urmă. Dacă te culci cu cineva în mod regulat, permite-i să îşi țină unele lucruri la tine acasă.

Acceptă invazia spațiului tău cu bunăvoință şi cere-ți scuze că nu ai sugerat-o chiar tu. Discută cât mai puțin despre foştii tăi pe tot parcursul relației.

Unii consideră ziua de Sf. Valentin o prostie comercială în formă de inimioară. Dacă ai obiecții față de această sărbătoare din astfel de

motive, evident, nu trebuie să îți ignori principiile, dar nu ar trebui să ignori nici ziua cu pricina. Fă-i partenerului tău o felicitare, pregăteşte-i o baie şi cina.

Încercați să mențineți o egalitate a numărului de ocazii petrecute unul în casa celuilalt. Este mereu mai drăguț să te trezeşti în patul propriu, aşa că împarte acest privilegiu, chiar dacă unul dintre voi locuieşte într-o zonă mai puțin convenabilă.

Siguranța pe primul loc

Ambii parteneri ar trebui să cumpere prezervative. Toată lumea ar trebui să aibă o provizie discretă, dar convenabilă. Obligația îi revine în mare parte proprietarului casei, dar cel mai bine este să nu te bazezi pe asta dacă te pregăteşti pentru o noapte grozavă în pat. Dacă este nevoie de ele, costul pilulelor de a doua zi va fi, de asemenea, împărțit.

În cazul cuplurilor heterosexuale, este politicos şi să le întrebi pe doamne dacă folosesc deja vreo metodă anticoncepțională şi dacă ar prefera oricum să folosească un prezervativ. Nu presupune niciodată că un bărbat îşi poartă „cizmele de cauciuc“ sau că o doamnă a înghițit pilule mai ceva ca un hipiot la Glastonbury.

Este rezonabil (şi sigur) să îi ceri unui partener să facă un test de depistare a bolilor cu transmitere sexuală înainte să faci sex cu el. Este, de asemenea, rezonabil să îi ceri partenerului să continue să folosească o metodă de protecție de tip barieră. Decât să te întrebi pe unde s-ar fi putut perinda nemernicul mizerabil, pretinde mai bine că este o politică proprie. Nu te văicări şi nu te plânge niciodată când ți se fac astfel de cereri.

Ar trebui făcută o mențiune specială pentru dispozitivele intrauterine (steriletul) ca metodă contraceptivă. Steriletul, odată montat, creşte

şansele ca o femeie să contracteze o infecție cu transmitere sexuală şi, odată prezentă infecția, aceasta poate provoca infertilitate chiar mai rapid decât în cazul altor femei. Să îți înşeli partenera în timp ce foloseşte steriletul şi apoi să te culci din nou cu ea fără să faci un test complet de depistare a bolilor cu transmitere sexuală este greşit atât din punct de vedere al etichetei, cât şi din punct de vedere etic, şi este lipsit de moralitate. Dacă faci una ca asta, meriți să fii chinuit de herpes genital pentru tot restul amărâtei tale vieți.

Este proastă creştere să minți în legătură cu posibile sarcini, cu prezența bolilor cu transmitere sexuală, cu testele de depistare a bolilor cu transmitere sexuală sau să minți că foloseşti o metodă contraceptivă când, de fapt, nu este aşa. Avertizează-ți partenerii de orice boli contagioase sau infecții pe care le-ai putea avea înainte de a începe activitatea sexuală. Este înțelept să o faci înainte să ajungeți în dormitor. De asemenea, este corect să îți anunți partenerul dacă mai există vreo persoană importantă în viața ta.

Când îi cunoşti familia şi prietenii

Observație

Străduieşte-te să îți prezinți partenerul prietenilor. Chiar dacă lumile par dificil de amestecat, acest lucru demonstrează că eşti mândru şi de prietenii tăi şi de noul tău partener.

Întreabă-ți partenerul despre părinții, frații şi surorile lui înainte să îi cunoşti, cu precădere despre subiectele care vor stârni o reacție pasională din partea lor şi despre cele care vor crea dezgust şi groază.

Dacă îi cunoşti părinții acasă la aceştia, oricât ar insista partenerul tău că nu este nevoie de un cadou, află ce le place părinților şi du o sticlă frumoasă de whisky, vin, flori sau praline sau, de fapt, orice care să arate că ți-ai dat silința.

Părinților, țineți minte numele partenerului cu care vi se face cunoştință. Dacă îl uitați, insinuați că tocmai copilul vostru nu şi-a considerat partenerul îndeajuns de important ca să vă vorbească despre el. Dacă îl greşiți, aşa cum se întâmplă deseori, şi folosiți în schimb numele fostului partener al copilului vostru sau numele unui prieten de-al acestuia, lăsați să se înțeleagă că ați dori ca noul lui partener să fie, de fapt, persoana cu pricina. Nu glumiți despre bebeluşi sau căsătorie, dar purtați-vă ca şi cum l-ați accepta cu brațele deschise pe noul partener în familie, chiar dacă, în secret, considerați că nu s-ar potrivi niciodată.

Părinții pot urma regulile pentru „prietenii cei mai buni care critică un partener nou“, de la paginile 222–223. Dacă tu eşti partenerul, nu îți critica „rudele prin alianță“, chiar dacă partenerul tău o face.

Prima dată când noul tău partener îți cunoaşte părinții, stai pe aproape. Poate că tu iubeşti ambele părți implicate, dar s-ar putea ca ele să nu se împrietenească numaidecât. Tachinează-ți partenerul, aşa cum ai face-o în mod normal, dar ține minte că încearcă să facă o impresie bună şi că impresia respectivă va oglindi cel mai probabil modul în care te comporți tu cu el. Angrenează-ți partenerul şi părinții în conversație, ca grup. Ține minte că dacă tu eşti îmbufnat, cel mai probabil că părinții tăi vor considera aceasta ca fiind rezultatul prezenței noului tău partener în viața ta, şi nu rezultatul unei săptămâni dificile la muncă sau al faptului că nu mai porneşte maşina ori al faptului că Liverpool nu a câştigat Champions League. În mod asemănător, nu te ralia cu alții împotriva partenerului tău în fața prietenilor lui apropiați sau a rudelor lui, decât dacă o faci în glumă.

Când îi cunoşti pentru prima dată părinții, ai grijă în mod deosebit să te îmbraci cu ceva potrivit ocaziei şi optează mai degrabă pentru o ținută conservatoare, evitând orice ar putea expune o cantitate înfiorătoare de piele. Nu bea prea mult alcool în timpul întâlnirii şi

scrie mereu un mesaj de mulțumire dacă ai fost în vizită în casa „rudelor tale prin alianță“.

Dacă petreceți noaptea în camere separate, cel căruia îi aparțin părinții cu pricina trebuie să inițieze relațiile sexuale clandestine.

Despărțiri

Când tu eşti cel care inițiază despărțirea

După o primă întâlnire, dacă nu doreşti să rămâneți prieteni, pur şi simplu, întrerupe contactul cu persoana respectivă. Dacă cealaltă persoană încearcă să te contacteze, trimite-i un mesaj scris în care să clarifici situația. Înainte de a patra întâlnire, un e-mail sau un mesaj de despărțire pe telefon este în regulă. După o a patra întâlnire, se cere măcar un apel telefonic. Dacă vreunul din voi vorbeşte despre celălalt ca fiind iubitul/iubita/partenerul/partenera sa, este de preferat o întâlnire față în față, dar s-ar putea să fie de ajuns şi un apel telefonic, în caz că relația a fost deopotrivă informală şi de scurtă durată. Dacă locuiți împreună sau sunteți căsătoriți, ar trebui să vorbiți în persoană.

Dacă vă despărțiți de partenerii voştri prin intermediul unei scrisori, al unui e-mail sau al unui mesaj scris pe telefon, cel mai bine este să dați vina pe o lipsă de chimie, decât pe vreun defect de-al vostru sau de-al lor. Este frumos să menționați că îi considerați atrăgători din punct de vedere fizic şi foarte distractivi (mințiți, dacă este nevoie), dar spuneți că, pur şi simplu, nu simțiți scânteia. Verificați ortografia. Recitiți-l măcar de două ori, ca să vă asigurați că ați spus tot ce este nevoie pentru a marca încheierea situației fără să includeți nimic care să îi rănească. Nu trimiteți un e-mail de despărțire la o adresă de serviciu

sau un mesaj scris în timpul programului de lucru al celor care vă vor fi în curând foşti. Nu îi forțați să sufere umilinţa de a fi nevoiți să nu plângă tot restul programului la serviciu.

Planifică cu meticulozitate despărțirile față în față sau la telefon. Gândeşte-te la un moment şi la un loc potrivite şi la ceea ce vei spune sau nu vei spune. Nu este recomandabil să îl avertizezi pe cel care va deveni în curând fostul tău că „trebuie să vorbiți“ sau orice altă versiune a frazei respective, decât dacă eşti pregătit să vă despărțiți chiar atunci şi acolo. Nu există nici un moment bun în care să porți o conversație care va răni inevitabil o persoană la care ții, dar unele momente sunt mai nepotrivite decât altele. De exemplu, luni dimineața nu este un moment bun, întrucât partea rănită cel mai probabil că va trebui să îndure o zi la muncă cu lacrimi în ochi şi să aştepte ore întregi până să se poată mângâia puțin cu nişte alcool. Orice zi de doliu este, de asemenea, un moment prost.

Gândeşte-te de unde să începi despărțirea. Nu alege barul sau restaurantul lui preferat. Nu ar trebui să o faci nici acasă la tine sau la celălalt: să te desparți de cineva la tine acasă te face leneş; să te desparți de cineva acasă la el înseamnă să îi laşi moştenire o pleiadă de amintiri supărătoare asociate cu un loc care, pentru majoritatea, înseamnă pace şi odihnă. Alege un loc relativ liniştit, dar nu romantic. Alege un local în apropiere de casa lui, ca să se poată duce acasă după aceea, cu uşurință şi cu cât mai puțină stinghereală, în caz că începe să plângă pe autobuz.

Nu te despărți de partenerul tău imediat după sex. Dacă alegi să te desparți de un partener în timp ce se află la tine acasă, noaptea târziu, poate chiar deja în pat, trebuie să te oferi să îi chemi un taxi şi să îi plăteşti drumul spre casă sau să îl conduci acasă, dacă este o distanță decentă. În cazul în care aceste opțiuni nu sunt disponibile, de exemplu, dacă este o situație ciudată (nu sunt taxiuri disponibile şi cel care tocmai ți-a devenit fost partener locuieşte la 50 km depărtare), trebuie să te oferi să dormi pe podea sau pe canapea şi să îi cedezi lui patul tău.

Laşilor, este inacceptabil să faceți pe cineva să se simtă nefericit timp de luni sau ani de zile în speranța că se va despărți de voi. De asemenea,

informeaz-o pe cealaltă persoană că te desparți de ea, nu te opri, pur şi simplu, din a-i mai răspunde la apeluri.

Gândeşte-te la ce vei spune înainte să deschizi gura. Clişeele s-au dezvoltat în urma unei similarități răspândite a sentimentelor, dar folosirea lor aduce a lipsă de atenție sau de grijă. În caz că îți scapă un clişeu, asigură-te că îl foloseşti doar pe acela, recunoaşte că l-ai folosit şi foloseşte-l doar dacă îl poți justifica. Preferabil ar fi să foloseşti justificarea fără clişeu. Notă: dacă cealaltă parte nu ți-a greşit îngrozitor de tare, este mereu vina ta, nu a celuilalt.

Într-o oarecare măsură, trebuie să fii sincer. Este mai bine să fii mințit, decât rănit inutil. Decide dinainte dacă vrei să discutați despre schimbările pe care ar trebui să le faceți ca să rămâneți împreună sau să îl anunți pe celălalt că relația voastră s-a încheiat. Dacă este vorba de cea dintâi opțiune, fii cât mai sincer posibil. Dacă este vorba de cea de-a doua, atunci oferă suficiente informații pentru a clarifica situația şi atât.

Nu îi sugera celeilalte persoane ce anume ar fi putut face pentru ca timpul petrecut împreună să fi fost mai frumos şi nu îi oferi sfaturi în ceea ce priveşte relațiile viitoare. În caz că vrea sfaturi, ți le va cere. Nu sugera să faceți sex de despărțire sau să continuați să aveți relații sexuale o perioadă. Unul dintre voi va spera ca relația voastră să redevină romantică şi cel mai probabil că nu vei fi tu acela. Spune-i fostului/fostei că toți prietenii te consideră nebună/nebun pentru că te-ai despărțit de el/ea, chiar dacă prietenii cu pricina se bucură, de fapt, pentru asta şi te-au ajutat să îți elaborezi strategia de despărțire.

Dacă a fost o relație serioasă, oferă-te să stabileşti o dată la care să vă revedeți. Sun-o pe persoana cu pricina câteva zile mai târziu, să verifici dacă se simte bine. Dacă nu îți răspunde, mai încearcă în ziua următoare. Dacă nu îți răspunde nici atunci, respectă faptul că nu vrea să te mai vadă şi nu mai suna. Ți-ai asumat această posibilitate atunci când te-ai despărțit de ea. Lasă un mesaj în mesageria vocală, în care să îi explici că ai vrea să păstrați legătura, dar că nu vrei să te faci de râs, aşa că laşi decizia aceasta la latitudinea sa. Subliniază diferența dintre lipsa de chimie şi lipsa de prietenie şi de respect.

Dacă fostul îți cere, purtați o conversație lungă post-despărțire despre ce anume nu a funcționat în relația voastră. Este de datoria ta. După aceea, astfel de conversații sunt o alegere, nu o obligație. Stai mai retras timp de o săptămână de la despărțire. Ar trebui să spui mereu că a fost o decizie dificilă şi trebuie să laşi impresia că nu minți. Dacă eşti mai discret, conform legilor lui Murphy, unul dintre prietenii fostului tău/fostei tale te va vedea petrecând din răsputeri, cântând „I'm too sexy" în seara în care vă despărțiți şi va transmite mai departe veştile triste.

Este treaba celui care a fost părăsit să decidă cât de mult vrea să ştie despre noua ta viață. Nu îl forța să afle astfel de informații. Nu duce parteneri noi în locuri în care te aştepți să te întâlneşti cu fostul în următoarele şase luni sau până afli că fostul se întâlneşte cu altcineva. Dacă, ulterior, îl auzi fără să vrei spunând că a fost o alegere luată de comun acord, sau că el te-a părăsit pe tine, nu îl corecta. I se permite o mică minciună nevinovată.

Eticheta pentru ambele părți ale unui cuplu care se desparte

• Nu le spune tuturor prietenilor celuilalt sau prietenilor tăi toate lucrurile îngrozitoare pe care le-a spus cândva fostul tău partener despre ei.

• Oricât de tare ți-a greşit, nu te răzbuna imediat încercând să îl faci să fie concediat, culcându-te cu cel mai bun prieten al lui sau spunându-i că ai luat o BTS de la el. Aşteaptă o lună de zile. Dacă încă vei dori să te răzbuni, gândeşte-te bine la consecințe înainte să acționezi.

• Nu suna, nu îi trimite mesaje sau e-mailuri noaptea sau după ce ai băut ceva mai mult.

• Nu te da la prietenii fostului tău, decât dacă bănuieşti că este vorba despre dragoste adevărată. Chiar şi atunci, este o dovadă de respect față de fostul tău, chiar dacă nu plănuieşti să păstrezi contactul cu el, să aştepți câteva luni, dacă nu chiar ani de zile, înainte să îți dezvălui sentimentele pe care le nutreşti. Dacă încă păstrezi legătura cu fostul tău, mărturiseşte-ți sentimentele mai întâi fostului şi apoi noii tale iubiri.

• Lasă-l pe cel care a fost părăsit să stabilească o dată pentru înapoierea lucrurilor. Dacă nu s-a întâmplat după două luni, sună-l ca să sugerezi să faceți schimbul într-un moment convenabil pentru el.

• Nu aduce niciodată parteneri noi în localuri care au fost speciale pentru tine şi altă persoană.

• Dacă te-ai despărțit în urma unei nedreptăți grave, cum ar fi un partener infidel în repetate rânduri sau violență domestică, ignoră toate punctele de mai sus. Pleacă, pur şi simplu. Nu este nevoie de nici o explicație.

Pentru cei cu inima frântă

Poți plânge o singură dată în fața fostului tău partener. După aceea, refuză contactul cu acesta până când vei reuşi să îți păstrezi cumpătul. Nu este productiv să procedezi astfel şi doar îl vei face pe celălalt să se

simtă prost. Dacă se va întâmpla să o cunoşti pe noua persoană de care va fi interesat fostul tău, nu flirta cu fostul tău în încercarea de a dobândi controlul asupra situației. Este un atac neprovocat la adresa emoțiilor noului partener. Ar trebui să stabiliți data pentru înapoierea lucrurilor; să fie la cel mult două săptămâni de la despărțire. Dacă vrei să faci o figură bună, nu le spune tuturor prietenilor voştri comuni că tu ai luat această hotărâre, ci spune că a fost de comun acord.

Când vrei să aduci laolaltă partenerii şi prietenii

Nici noul partener, nici prietenii nu ar trebui să se judece unii pe alţii imediat negativ. Le eşti dator prietenilor sau partenerului să te străduieşti față de cei pe care îi iubeşti. Dacă nu poți spune nimic drăguț, nu spune nimic.

După trei întâlniri, dacă eşti prieten apropiat şi simți că noul partener al prietenului tău nu este potrivit, sau dacă tu eşti noul partener şi nu eşti sigur de acțiunile unuia dintre prietenii partenerului tău, este politicos să îi spui acest lucru. Ar fi, însă, mai bine dacă prezinți problema ca pe o modalitate de a o cunoaşte pe persoana respectivă, întrucât s-ar putea să existe un motiv pentru comportamentul ei absurd.

Un prieten apropiat poate critica tot soiul de defecte la noul iubit, cât timp o face o singură dată şi începe cu o atitudine de genul „dar dacă aceste lucruri nu te deranjează, atunci bineînțeles că este în regulă; eu doar îți port de grijă“ şi încheie cu o afirmație asemănătoare. Dacă prietenul tău vrea să se vadă în continuare cu noul său partener, este dreptul lui să o facă. Spune-i prietenului că eşti convins că va începe să îți placă de noul lui partener în timp, pe măsură ce vă cunoaşteți mai bine, şi gândeşte-te dacă o parte din defectele noului partener pot fi puse cumva pe seama emoțiilor.

Ca partener nou, cel mai bine este să fii şi mai precaut înainte să îi critici pe prieteni. Prietenii cu pricina au fost prin preajmă o vreme până să îți cunoşti tu partenerul şi probabil că vor fi prezenți multă vreme după plecarea ta. S-ar putea ca prietenii respectivi să aibă motive pentru un comportament ciudat, cum ar fi unele obiceiuri vechi pe care partenerul tău le consideră în regulă.

Prietenii ar trebui să încerce să se poarte frumos cu partenerul unui prieten, dar să nu flirteze cu el. De asemenea, nu ar trebui să poarte intenționat haine sugestive ca să atragă priviri admirative din partea partenerului unui prieten. Pantalonii scurți strâmți şi un sutien nu sunt o ținută potrivită ca să te uiți la televizor dimineața devreme, dacă colega ta de apartament a venit sâmbătă noaptea cu cineva acasă. Singura excepție ar fi dacă cuplul cu pricina este o pereche de homosexuali, iar tu ai fi de sexul opus, dar, chiar şi aşa, s-ar putea ca respectivul să se ruşineze.

În cazul unui partener nou, este deseori uşor ca în primele zile de îndrăgosteală să vorbeşti nonstop despre noua persoană din viața ta. Nu este drept față de prietenii tăi celibatari. Aceştia te iubesc şi sunt încântați că eşti fericit, dar nu trebuie să ştie că îți place la nebunie felul în care partenera ta îşi mănâncă cerealele dimineața sau felul în care îşi încalță şosetele. Celor mai mulți dintre prietenii tăi, o astfel de flecăreală le va face greață, dar li se va părea de înțeles în prima lună. După această perioadă de grație, astfel de discuții devin detestabile şi cel mai probabil că îți vei pierde o parte din prieteni.

Când te ataşezi de o altă persoană, timpul disponibil pentru prietenii tăi se micşorează. Gestionează-ți timpul astfel încât să îți includi şi prietenii şi partenerul. Aranjează să te vezi cu prietenii şi nu anula ca să te vezi cu partenerul. În mod asemănător, dacă ai aranjat să petreci timpul cu partenerul tău, nu anula ca să auzi ultimele bârfe despre cine s-a culcat cu cine la reuniunea fostei tale clase.

Una dintre regulile de aur în ceea ce-i priveşte pe prieteni este să nu le divulgi nimănui secretele. Nici măcar partenerului tău.

În timpul unei despărțiri, este recomandat ca prietenii să fie disponibili, dar să se gândească cu atenție dacă să îl vorbească sau nu de rău pe fostul. Prietenii pot să fie de acord cu lista de lucruri îngrozitoare despre fostul tău care îți ies pe gură, mai ales dacă pot găsi exemple amuzante de astfel de plângeri. Cu toate acestea, până nu se consolidează despărțirea, cel mai bine ar fi să eviți fraza „Ei bine, oricum nu mi-a plăcut“, împreună cu o listă suplimentară de denigrare a personajului. Dacă un prieten se lasă purtat de val pe moment şi te împaci cumva cu partenerul tău, ține minte că cele spuse de prietenul tău au fost mai degrabă în apărarea ta, decât un atac la adresa jumătății tale.

Pentru a avea o relație, cunoştințele ar trebui să aştepte şase luni înainte să se dea la fostul unui prieten. Prietenii ar trebui să aştepte 18 luni. Prietenii cei mai buni, ideal ar fi niciodată. Indiferent de circumstanțe, trebuie cerută permisiunea prietenului înainte de prima întâlnire şi nu ar trebui să se presupună în mod implicit că se va primi permisiunea cu pricina. Dacă nu primeşti binecuvântarea prietenului tău ca să flirtezi cu fostul lui după bunul tău plac, consider-o o alegere directă între prietenul tău şi relația ta în devenire.

Ca regulă generală, când vine vorba de locuri, posesiuni şi prieteni, fiecare parte dintr-un cuplu pleacă cu ce a venit. Dacă, însă, s-a dezvoltat o prietenie apropiată de-a lungul anilor, prietenii pot păstra legătura cu fostul partener al unui prieten. Însă etalarea acestui lucru, de exemplu, prin invitarea ambelor jumătăți dintr-un cuplu care s-a despărțit la aceleaşi petreceri sau vorbitul încontinuu despre celălalt, este o lipsă de bune maniere, cu precădere dacă foştii membri ai cuplului cu pricina nu îşi mai vorbesc.

Prietenii nu au aventuri de o noapte, nici nu devin prieteni pentru relații sexuale cu fostul unui prieten. Prezența unei sticle de votcă nu constituie o excepție.

Eticheta în caz de ceartă

Nu lovi sub centură. Nu menționa părerile altora ca să loveşti sub centură. Este între voi doi, nu o dezbatere pe puncte. Odată ce ați încheiat o ceartă, nu mai reveni asupra ei ulterior.

Observație

Dacă ai o plângere, scrie-o. Nu te mai gândi la ea timp de 24 de ore, apoi reciteşte ce ai scris. Dacă încă simți furie, gândeşte-te bine la cum să abordezi subiectul. Încearcă mereu să vorbeşti despre o problemă, nu să scrii imediat o scrisoare sau un e-mail, şi foloseşte metodele din urmă doar dacă îți este dificil să exprimi verbal cu exactitate ceea ce vrei să spui.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Atât bărbații, cât şi femeile pot face primul pas.

2. Dacă refuzi pe cineva, fă-o într-un mod politicos şi rănindu-i cât mai puțin posibil sentimentele.

3. Dacă ceri numărul de telefon al cuiva, foloseşte-l.

4. Cel care invită organizează lucrurile şi se oferă să plătească.

5. Practică sexul sigur şi simte-te liber să pui întrebări ca să te lămureşti ce metodă de protecție se foloseşte.

6. Străduieşte-te când vine vorba de familie şi prieteni.

7. Dacă o despărțire este premeditată, gândeşte-te cu atenție cum să o faci astfel încât să provoci cât mai puțină suferință, inclusiv unde să vă vedeți, când şi ce să spui.

8. Dacă tu eşti cel care se desparte de cineva, stai mai retras după o despărțire şi încearcă să eviți să înrăutățeşti situația făcându-te văzut cu un partener nou în viitorul apropiat.

9. Nu minți niciodată în legătură cu metodele contraceptive sau cu posibilitatea de a fi rămas însărcinată, cu testele de depistare a bolilor cu transmitere sexuală sau cu prezența BTS.

10. Chiar dacă unul dintre membrii cuplului câştigă mai mult ca celălalt, jumătatea mai săracă ar trebui să se asigure că jumătatea mai bogată nu achită tot timpul nota de plată.

14. Cum să faci față ocaziilor speciale

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să te porți cu părinții;

• cum să te manifești la o nuntă;

• cum să le oferi sprijin celor în doliu;

• cum să ajuți la sărbătorirea unei zile speciale.

S-au scris volume groase despre eticheta la nunți, petreceri ale burlacilor şi petreceri tematice, mult prea detaliate ca să încercăm să le acoperim aici. În zilele acestea, dacă este ziua ta specială, indiferent că este vorba despre ziua ta sau despre o zi de doliu, sunt şanse mari ca orice ai alege să fie aprobat, fie că este vorba despre o nuntă mare în alb şi invitații gravate sau despre a striga „Da!“ în timp ce săriți cu coarda elastică în Marele Canion. Cu condiția să ții cont de sentimentele celorlalți şi să te străduieşti să le tratezi la fel pe toate rudele apropiate, puțini vor avea de obiectat, sau vor avea, de fapt, dreptul să obiecteze, indiferent ce ai alege. Acesta, în schimb, este un ghid pentru participantul la evenimente, care probabil că va face nenumărate gafe dacă nu cunoaşte eticheta corectă.

Zile de naştere

Naştere normală

Numai tatăl/partenerul sau unul sau doi prieteni apropiați ar trebui să fie prezenți la experiența naşterii în sine, deşi prietenii foarte apropiați şi rudele foarte apropiate pot merge în vizită la spital imediat după naştere, aducând felicitări sau daruri.

Când mama şi copilul se întorc acasă, ține cont de faptul că aceasta ar putea deveni un cuib de haos şi privare de somn. Oferă-te să ajuți când se poate cu curățenia în casă, cu comisioanele sau cu alte treburi. Nu te duce acasă la ei fără să anunți înainte, chiar dacă obişnuiai să o faci. Ia în calcul varianta de a trimite mesaje scrise, mai degrabă decât să suni, după ora 17 sau când ştii că doarme copilul. Dacă inviți părinții unui nou-născut (sub şase luni) la prânz sau la cină, înțelege dacă aceştia refuză din motive de oboseală sau dacă nu sunt dispuşi să îşi lase copilul în grija unei bone. Dacă participă, nu te aştepta să îți întoarcă favoarea curând.

În decurs de o săptămână de la o naştere normală, ar trebui să primeşti un e-mail sau o scrisoare prin poşta tradițională care să anunțe sosirea pe lume a copilului, cu detalii referitoare la greutate, lungime şi momentul naşterii şi poate cu o fotografie. Răspunde cu felicitări şi trimite un cadou dacă nu s-a organizat o petrecere tematică pentru bebeluş înainte de naşterea lui.

Observație

Pe măsură ce se apropie data probabilă a naşterii a unei viitoare mame, nu suna încontinuu ca să întrebi dacă a venit deja copilul. Sunt şanse mari ca noua mamă să fi anunțat deja cumva lumea de sosirea bebeluşului, iar, dacă au fost complicații la naştere, părinții nu vor dori să fie sunați de o mulțime de persoane care se aşteaptă la veşti bune.

Naştere cu probleme

Dacă copilul se naşte mort, nu te aştepta ca părinții să anunțe naşterea. Dacă copilul se naşte cu o dizabilitate, este alegerea părinților dacă vor să anunțe sau nu naşterea acestuia, în funcție de gravitatea dizabilității şi, dacă da, dacă vor sau nu să anunțe şi dizabilitatea odată cu naşterea; nu îi presa pe părinți să facă oricare dintre aceste lucruri.

Dacă copilul se naşte cu o dizabilitate, s-ar putea ca părinții să fie nevoiți să petreacă mai mult timp la spital. Dacă aşa stau lucrurile, oferă-te să ajuți când se poate, cum ar fi să le ții casa în ordine în absența lor şi să faci unele comisioane. Dacă copilul se naşte mort, tratează-i pe părinți aşa cum ai face-o cu cei care pierd un copil mai în vârstă sau un alt membru apropiat al familiei (vezi în continuare). Nu sugera sub nici o formă că pierderea unui nou-născut ar fi mai puțin semnificativă ca pierderea unui copil mare.

Adopție

Când se adoptă un nou-născut, membrii familiei şi prietenii ar trebui să se agite şi să ajute aşa cum ar fi făcut-o dacă bebeluşul ar fi fost o rudă de sânge. Proaspetele mămici ale copiilor adoptați vor avea în continuare nevoie de ajutor, aşa că oferă-l când se poate. Atunci când se adoptă un copil mai mare, întreabă-i pe părinți ce se poate face pentru a ajuta familia să se adapteze, iar pe copilul adoptat să se acomodeze.

Avorturi, pierderi de sarcină şi darea unui copil spre adopție

După un avort, o pierdere de sarcină sau darea unui bebeluş spre adopție, păstrează tăcerea în legătură cu subiectul respectiv şi fă tot ce poți ca să o ajuți pe femeie să revină la o viață „normală“ cât mai curând posibil. Nu aduce tu subiectul cu pricina în discuție; aşteaptă ca acesta să fie adus în discuție de către persoana cu pricina. Dacă se aduce în discuție subiectul, fii un bun ascultător. Dacă pierderea de sarcină a avut loc într-o fază avansată a acesteia, s-ar putea ca părinții să simtă o suferință comparabilă cu naşterea unui copil mort. Tratează-i cu respectul cuvenit celor care jelesc (vezi în continuare). Dacă sarcina a fost întreruptă sau dacă bebeluşul a fost dat spre adopție, nu judeca. Nu îți proiecta propriile credințe asupra persoanei cu pricina.

Decese

În caz de deces, este deseori dificil să ştii care este cel mai bun lucru pe care l-ai putea face sau ce ai putea spune. Oamenii gestionează suferința în mod diferit, dar, în momente de tristețe, este deseori

suficient, pur şi simplu, să îl laşi pe cel care jeleşte să ştie că eşti acolo pentru el. Chiar dacă îl cunoşti doar pe cel care jeleşte, şi nu pe cel care este jelit, trimite măcar o felicitare şi nu te aştepta la un răspuns. În felicitare, scrie o frază scurtă prin care îți exprimi prietenia, dragostea şi grija față de cel care jeleşte şi față de cel jelit (dacă l-ai cunoscut). Dacă ai păreri religioase puternice care ar putea ajuta, le-ai putea explica. Sună dacă eşti mai mult un prieten decât o cunoştință şi oferă-te să ajuți oricum poți, punându-l în legătură cu organizatori de pompe funebre etc. Dacă se poate, vizitează-l şi trimite flori dacă membrii familiei şi prietenii apropiați nu au cerut în mod specific altceva. Nu felicita niciodată o persoană la primirea unei moşteniri obținute în urma unei pierderi care cel mai probabil că a depăşit cu mult orice beneficiu monetar.

Ca prieten apropiat al unei persoane în doliu, chiar dacă nu ai cunoscut-o pe persoana care a murit, ar trebui să participi la înmormântare ca dovadă de sprijin, cu excepția cazului în care prietenul tău în doliu insistă altminteri, dintr-un motiv mai convenabil pentru el.

Observație

La o înmormântare, îmbracă-te aşa cum îți spun organizatorii, chiar dacă nu se potriveşte cu ținuta neagră tradițională şi conservatoare pe care tu o consideri adecvată.

S-ar putea ca membrii apropiați ai familiei să aibă unele idei neobişnuite pentru înmormântare, dar acestea ar trebui să fie respectate, toate. Nu o hărțui pe persoana îndoliată cu întrebări minore legate de înmormântare, ci întreabă un prieten apropiat al celui îndoliat.

Ține minte că numeroase oferte de sprijin inițiale se pot atenua după prima lună, dar suferința nu. Continuă să oferi din nou sprijin pe parcursul a cel puțin un an de la un deces, dacă altfel nu, măcar prin prezența ta frecventă în viața celui care jeleşte. Încearcă să îți aminteşti data decesului la fel ca orice altă aniversare care îl implică pe decedat. Oferă sprijin suplimentar în aceste zile, de exemplu, de zile de naştere sau aniversări ale căsătoriei. Mai ține minte şi că zilele care l-ar implica în mod normal pe decedat (de exemplu, de Crăciun sau de ziua celui în doliu) ar putea fi cu precădere dificile şi oferă sprijin suplimentar în primii câțiva ani după decesul cu pricina.

Petreceri tematice

Petrecerile tematice pentru mirese şi cele pentru bebeluşi, înainte de naşterea acestora, sunt organizate în mod obişnuit cu până în trei luni înainte de nuntă sau de naşterea copilului. În Anglia, nu este ceva obişnuit să te înregistrezi la un magazin pentru cadouri pentru petreceri tematice, dar merită să verifici cu gazda (de obicei, un prieten apropiat sau un frate/o soră), ca să descoperi dacă există o astfel de înregistrare şi, dacă nu, dacă mireasa a cerut în mod specific anumite articole. La petrecerile tematice pentru mirese, darurile se oferă specific miresei, mai degrabă decât cuplului. La petrecerile tematice pentru bebeluşi, darurile cuvenite i se fac în primul rând şi mai ales bebeluşului, dar şi celei care va fi în curând mamă.

Petrecerea burlăcițelor şi petrecerea burlacilor

Oricât de gălăgios ar fi evenimentul, toate petrecerile pentru burlăcițe şi cele pentru burlaci ar trebui să aibă o temă comună: „Să ajungă la biserică la timp“. La o petrecere pentru burlaci sau pentru burlăcițe, burlacul sau burlăcița în cauză poate face cam orice vrea ca să se distreze, cu condiția să nu facă nimic care ar pune în pericol fericirea viitorului mariaj şi să poată ajunge la nuntă la timp şi într-o stare rezonabilă. În mod deosebit, merită menționat că, dacă faci sex cu oricine altcineva decât logodnicul tău (logodnica ta), în orice seară, se consideră că l-ai înşelat (ai înşelat-o), aşa că nu o presa pe burlăciță sau pe burlac să facă astfel de demersuri. Este deseori mai bine ca noaptea/weekendul/săptămâna burlacilor sau a burlăcițelor să aibă loc cu cel puțin o lună înainte de nuntă, astfel încât cealaltă jumătate a cuplului să nu rămână să se lupte singură cu aranjamentele de ultim minut pentru ziua cea mare.

Nunți

Răspunde cu promptitudine unei invitații de nuntă. S-ar putea ca lista de invitați să fie limitată la un număr redus de persoane din pricina mărimii localului, iar dacă tu nu participi ar putea însemna că perechea ar putea invita un alt prieten.

Atunci când participi la o nuntă, este lipsă de bune maniere să aştepți până la partea cu „Există obiecții la adresa acestei căsătorii?“ ca să obiectezi. Dacă ai într-adevăr o obiecție, afirm-o înainte ca mireasa să se îmbrace pentru ziua cea mare, cu calm şi cu un motiv întemeiat, într-un anturaj liniştit.

Nu participa niciodată la o nuntă dacă ai avut sau ai o aventură cu mireasa sau cu mirele sau dacă planifici să ai una. De asemenea, nu flirta niciodată cu mireasa sau cu mirele în ziua lor cea mare.

Nu aduce cadouri la recepție sau la ceremonie, întrucât cel mai probabil că acestea vor fi uitate în toată agitația. Livrează-le înainte de ziua cea mare la reşedința cuplului. Dacă cuplul s-a înregistrat la un anumit magazin, străduieşte-te să achiziționezi ceva de pe listă. Dacă cuplul nu s-a înregistrat, asigură-te că cumperi un cadou pentru cuplu, mai degrabă decât pentru membrul cuplului de care eşti mai apropiat. Nunțile sunt costisitoare. Dacă eşti invitat, fii generos cu cadoul tău, chiar dacă nu poți participa la nuntă.

În perioada rămasă până la nuntă, dacă faci parte din alaiul de nuntă (de exemplu, eşti domnişoară de onoare), aşteaptă-te să fii împovărat cu numeroase sarcini. Îndeplineşte-le cu jovialitate. De asemenea, indiferent de ținuta aleasă pentru tine, este datoria ta să o porți fără să te plângi.

Urmează instrucțiunile de pe invitație referitoare la codul vestimentar. Dacă pe invitație nu se specifică un cod vestimentar, consideră că va fi vorba de o ținută formală de zi sau de seară, în funcție de momentul zilei în care are loc evenimentul. Dacă pe invitație nu se menționează că ar fi interzise confeti, atunci presupune că acestea sunt binevenite.

Observație

Ia cunoştință de acea parte a nunții la care eşti invitat. Unele cupluri îşi cheamă doar rudele apropiate la biserică şi/ sau micul dejun de nuntă, dar sărbătoresc cu toții seara.

A doua căsătorie

Cel mai probabil că va fi o ceremonie restrânsă, în cazul unei a doua căsătorii, aşa că nu te simți ofensat dacă nu eşti invitat. Cu toate acestea, dacă eşti invitat la o a doua căsătorie, orice menționare a soțului anterior sau a soției anterioare (chiar şi în glumă) se consideră lipsă de bune maniere.

Ceremonii religioase

Atunci când se poate, invitații care au alte credințe ar trebui să participe fără rezerve la ceremoniile religioase, cum ar fi botezurile, confirmările şi bar mitzvah-urile. Faptul că participi nu va fi considerat o renunțare la propria-ți credință; nu ți se cere să te alături rugăciunilor dintr-o altă credință sau altor părți ceremoniale, prezența ta fiind considerată un sprijin pentru persoana în cauză. Dacă te simți inconfortabil participând, asigură-te, în schimb, că trimiți o felicitare şi un cadou.

Absolviri

Locurile în cazul absolvirii unei şcoli sunt în mod normal limitate, aşa că, dacă nu eşti părinte sau frate/soră, nu te aştepta să fii invitat sau să ți se explice de ce nu ai fost invitat.

Trimite o felicitare absolventului şi, dacă doreşti, un cadou. Fă o prioritate din a participa la o petrecere de absolvire dacă se organizează una pentru absolvent. Cadourile adecvate sunt cele care pot fi păstrate ca amintire, cum ar fi cărțile sau CD-urile.

Vizite la spital

Dacă un prieten sau o rudă trebuie să stea mai mult de 24 de ore într-un spital, îndeosebi pentru o intervenție chirurgicală, verifică dacă este însoțit/ă. Dacă nu, când se poate, reorganizează-ți programul astfel încât să te poți oferi să rămâi tu cu persoana respectivă. Dacă aceasta trebuie să petreacă mai mult de 48 de ore în spital, viziteaz-o, ducându-i un cadou, cum ar fi flori sau ceva cu care să se amuze, precum reviste sau cărți de enigmistică.

Zile de naştere

Petrecerile de zile de naştere sunt mai importante ca ieşirile normale, aşa că, dacă se organizează o petrecere de zi de naştere, reprogramează alți prieteni, acolo unde se poate, ca să reuşeşti să participi. Trimite cadouri şi felicitări din timp pentru ziua de naştere, nu pentru petrecere. Sună mereu sau trimite un mesaj text sau un e-mail cu bune urări pentru anul următor chiar în ziua de naştere.

Observație

Să le oferi cadouri de ziua de naştere prietenilor pare cumva copilăresc după adolescență, dar continuă să o faci. Chiar şi cel mai mic şi mai

ieftin cadou va fi primit cu multă apreciere dacă s-a investit atenție şi efort în el.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Înțelege faptul că părinții unui nou-născut ar putea fi privați de somn şi ar putea anula întâlnirile în ultimul moment.

2. Nu aduce niciodată în discuție subiecte precum întreruperile de sarcină, adopțiile sau copiii născuți morți. Lasă-i pe părinți să hotărască dacă să vorbească sau nu despre aceasta.

3. Oferă sprijin şi ajutor, în repetate rânduri, de-a lungul primului an după decesul unei rude apropiate a unui prieten.

4. Oferă cadouri miresei la petrecerile tematice pentru mirese şi oferă cadouri bebeluşului şi mamei la petrecerile tematice pentru bebeluşi organizate înainte de naşterea acestora.

5. Petrecerile pentru burlăcițe şi cele pentru burlaci ar trebui să fie pe cât de zgomotoase doreşte mireasa sau mirele, dar nu îi obliga la activități care le-ar putea amenința relația în viitor.

6. Răspunde cu promptitudine unei invitații de nuntă şi urmează ad litteram orice instrucțiuni sunt cuprinse în aceasta.

7. Înțelege că uneori locurile sunt limitate la anumite evenimente, cum ar fi absolvirea unei şcoli, şi din acest motiv nu ai fost invitat.

8. Chiar dacă s-a organizat o petrecere într-o altă zi decât cea a evenimentului cu pricina, adu-ți aminte să suni sau să trimiți un mesaj scris ca să transmiți urările tale de bine în ziua în care are loc evenimentul propriu-zis.

9. Respectă alegerile altora în ceea ce priveşte ceremoniile religioase pe care le sărbătoresc şi, atunci când se poate, participă la ele, chiar dacă nu este cea mai distractivă experiență.

10. Fă o prioritate din ocaziile speciale din viețile prietenilor şi ale familiei față de zilele sau serile obişnuite în care ieşiți în oraş.

15. Dizabilități

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să faci referire la cei cu dizabilități şi la dizabilități în sine;

• cum să îi tratezi pe cei cu dizabilități;

• cum să îi ajuți pe cei cu dizabilități.

În prezenţa oamenilor cu dizabilități, ceilalţi se agită în mare parte deoarece le este greu să empatizeze şi nu ştiu, în mod instinctiv, cum i-ar plăcea persoanei cu dizabilități să fie tratată. Însă, cel mai important lucru de reținut este că, indiferent de dizabilitate, persoana din fața ta este om şi ea, capabilă să comunice într-un fel şi merită acelaşi respect ca o persoană fără dizabilități. Procedează astfel şi nu prea ai cum să dai greş.

Chestiuni elementare

Încearcă să aplici următoarele:

• Foloseşte aceeaşi metodă de salut (sărutul pe obraz sau strângerea de mână) pe care ai folosi-o cu oricine altcineva. Întinde mâna, ca să strângi mâna, când întâlneşti o persoană cu o dizabilitate, chiar dacă aceasta îşi foloseşte brațele în mod limitat. Contactul personal dovedeşte acceptare.

• Stabileşte contact vizual. Vorbeşte cu persoana respectivă, mai degrabă decât cu scaunul cu rotile sau cu infirmiera sau cu câinele însoțitor, dacă are unul. În mod asemănător, dacă persoana este surdă, vorbeşte stând față în față cu ea şi fă contact vizual cu ea, mai degrabă decât cu interpretul acesteia în limbajul semnelor.

• Nu te holba la zonele cu atrofie musculară sau la membrele lipsă; este la fel de inoportun ca holbatul la sânii unei femei sau la vintrele unui bărbat, când vorbeşti cu aceştia.

• Vorbeşte normal. Nu țipa la cei care citesc pe buze şi nu vorbi îndeosebi de lent cu cei care sunt orbi. Nu ai de ce să îți ceri iertare pentru expresii de genul „ne vedem mai târziu“, adresate unei persoane oarbe.

• Când cineva te înțelege mai greu, fii răbdător şi pregătit să explici un lucru de mai multe ori, în diverse moduri.

• Nu te comporta aşa cum ai face-o cu un copil, de exemplu, bătând-o uşor pe cap, la modul literal sau figurativ, pe o persoană care se află într-un scaun cu rotile.

• Câinii însoțitori pentru persoanele cu dizabilități sunt câini care muncesc, nu animăluțe de companie drăguțe. Dacă le distragi atenția, hrănindu-i sau mângâindu-i, îi poți pune în pericol pe stăpânii lor. Ar trebui să îi tratezi la fel şi pe cățeluşii care se antrenează pentru o astfel de slujbă.

• Nu pune întrebări personale referitoare la dizabilitatea unei persoane, cum ar fi: „Te-ai născut orb?“ sau „Deci, cum faci sex?“ Dacă vor dori să vorbească despre aceasta, vor oferi chiar ei informația respectivă sau vor aborda în timp subiectul respectiv. Dacă nu vor să o facă, nu o vor face.

• Dacă nu ştii sigur ce să faci sau cum anume o va afecta o anumită situație pe o persoană cu o dizabilitate, întreabă mereu persoana cu dizabilitate cum este corect să procedezi ca să o ajuți. Toată lumea este diferită, dar fiecare în parte este cel mai în măsură să ştie cum poate fi ajutat cel mai bine. Oferă asistență dacă consideri că este nevoie, dar aşteaptă un răspuns pozitiv la sugestia ta înainte să continui. Nu face presupuneri referitor la abilitățile unei persoane cu dizabilități. Acestea au dezvoltat metode de a depăşi numeroase probleme zilnice.

• Dacă ai copii, s-ar putea ca aceştia să se holbeze. Vorbeşte-i copilului despre persoanele cu dizabilități ca să îi ajuți să înțeleagă de ce oamenii folosesc scaune cu rotile sau de ce comunică diferit. Astfel, vei preveni atitudini temătoare şi negative față de persoanele cu dizabilități.

Persoane în scaun cu rotile

Dacă o conversație presupune mai mult decât un salut trecător, dă-te mai în spate sau încearcă să găseşti un loc în care să te aşezi, ca să aveți privirea la acelaşi nivel, pentru ca persoana care se află în scaun cu rotile să nu-și forțeze gâtul.

Scaunul cu rotile face parte din spațiul personal al celui care îl foloseşte. Nu îți pune bagajele sau orice parte a corpului pe scaunul cu rotile, nu te lăsa pe el şi nu îl atinge decât dacă cel care îl foloseşte îți spune că este în regulă să o faci. Nu muta niciodată un scaun cu rotile gol fără să ai permisiunea celui care îl foloseşte. Mai întâi întreabă şi aşteaptă un răspuns, întrucât poate fi periculos să le tulburi echilibrul.

Dacă te vizitează o persoană aflată în scaunul cu rotile într-o clădire pe care tu o cunoşti bine, dar pe care respectivul nu o ştie, asigură-te că acesta ştie cum să intre în clădire sau întâlneşte-te cu el la intrare, ca să îl conduci. Dacă organizezi o întâlnire la care ştii că va participa şi o persoană care foloseşte scaunul cu rotile, alege un loc cu acces pentru persoanele cu dizabilități.

Nu lovi niciodată o persoană cu dizabilități peste spate sau peste coapsă, nici măcar ca gest de bunăvoință sau în glumă, întrucât acestea au suferit răni la nivelul măduvei spinării şi un astfel de gest le-ar putea

declanşa spasme musculare. Foloseşte mereu o atingere uşoară.

Persoane cu deficiențe de auz

Află cât mai curând posibil cum îi va fi cel mai uşor persoanei să comunice cu tine, de exemplu, dacă persoana are un interpret în limbajul semnelor sau dacă citeşte pe buze. Foloseşte un pix şi hârtie ca să afli, în caz că nu dispui de o altă metodă evidentă. Dacă respectivul citeşte pe buze, asigură-te că ai chipul la vedere (nu ascuns după mâini sau după articolele pentru cap), că stai cu fața spre persoana respectivă şi că vorbeşti rar, dar natural (mişcările de buze exagerate îngreunează cititul pe buze). Nu fuma sau mânca în timp ce cineva încearcă să citească pe buze.

Dacă persoana cu pricina citeşte pe buze, dar nu înțelege ce ai spus, reformulează comentariul sau întrebarea respectivă, întrucât o altă mişcare a buzei ar putea fi mai uşor de descifrat. Fii conştient de faptul că este o abilitate ce necesită o concentrare intensă şi, prin urmare, s-ar putea să fie obositoare. Dacă este prezent un interpret, fă contact vizual cu persoana cu deficiență de auz, nu cu interpretul. Nu ai de ce să țipi, decât atunci când îți manifeşti în mod firesc emoțiile.

Ca să atragi atenția persoanei, fă-o cu o atingere uşoară, fie pe umăr, fie fluturând din mână. Dacă se poate, poziționează-te astfel încât nici una dintre acestea să nu o ia cu totul prin surprindere pe persoana pe care o abordezi.

Persoane cu deficiențe de vedere

Când întâlneşti pe cineva cu o deficiență de vedere, prezintă-te aşa cum ai face-o la telefon. De asemenea, prezintă şi pe oricine altcineva este prezent lângă tine, descriindu-le pe scurt poziția raportată la persoana cu deficiență de vedere. Fiecare dintre aceştia ar trebui apoi să salute, pentru ca persoana cu deficiență de vedere să poată identifica vocile. Când te hotărăşti să te îndepărtezi, spune-i persoanei cu deficiență de vedere ce faci şi ia-ți la revedere, ca să nu o laşi vorbind de una singură.

Oferă o strângere de mână sau un sărut pe obraz, dar spune ceva de genul „Hai să dăm mâna“ sau „Vreau să te sărut pe obraz“, ca să îi indici ce intenție ai.

Mai degrabă decât să împingi sau să tragi de o persoană oarbă, ca să o îndrumi, întreab-o dacă i-ar plăcea să te ia de braț. Când o îndrumi, oferă avertismente descriptive cu privire la orice obstacole, cum ar fi scări sau gropi.

Când te întâlneşti cu o persoană cu deficiențe de vedere în afara casei ei, oferă-te să vă întâlniți într-un punct care îi este cunoscut şi să faceți restul drumului împreună spre orice locație nouă pentru ea.

Atunci când îți oferi locul cuiva, vorbeşte-i persoanei pe tot parcursul procesului, indicându-i în ce direcție se află scaunul față de ea sau punându-i mâna pe scaun. Atunci când oferi instrucțiuni, fă-le cât mai precise cu putință şi încearcă să o ajuți să estimeze distanța, mai degrabă decât să te bazezi doar pe puncte de reper. De exemplu, în loc de „La magazinul de optică, fă la stânga şi urcă scările“, spune „La magazinul de optică, circa 200 de metri mai în jos pe stradă, fă la stânga în sus pe scări; sunt doar două sau trei scări“.

Observație

Ține cont de faptul că în restaurante sau în alte situații în care deciziile trebuie luate pe baza unor informații vizuale, va trebui să furnizezi echivalentul lor auditiv, citind meniul sau descriind o situație. Fă-o rar, pentru a-i oferi persoanei o şansă să absoarbă informațiile de care va avea nevoie pentru a face o alegere.

Persoane cu deficiențe de vorbire

Când vorbeşti cu cineva care are o deficiență de vorbire, concentrează-te pe ceea ce se spune, fii răbdător şi nu termina niciodată propozițiile în locul lor. Dacă nu înțelegi, nu te preface că înțelegi. Pentru a ajuta procesul, ia în calcul varianta de a repeta ce ai înțeles şi să laşi persoana cu deficiența de vorbire să completeze restul. Dacă vă aflați într-o zonă zgomotoasă, deplasați-vă spre o locație mai liniştită. Pune întrebări care necesită răspunsuri scurte dacă simți că vorbitul o face pe persoana respectivă să se simtă inconfortabil.

Nu face presupuneri referitoare la auzul persoanei cu pricina. Unele persoane cu deficiențe de vorbire aud perfect, altele nu. Aşteaptă ca persoana cu dizabilități să îți indice faptul că are o deficiență de auz înainte să întrebi dacă poate citi pe buze sau dacă are nevoie de un interpret.

Alte dizabilități

Alte dizabilități pot fi diverse şi deseori este dificil să îți dai seama ce trebuie făcut mai exact pentru ca o persoană să se simtă confortabil. S-ar putea, de asemenea, să fie dificil să le ceri o explicație celor cu dizabilități mentale. S-ar putea ca unii să nu fie conştienți de limitele sociale precum spațiul personal, altora s-ar putea să nu le placă contactul fizic, iar alții ar putea părea distanți. Corectează încălcările spațiului personal şi întreabă înainte să atingi, chiar dacă este vorba doar de dat mâna. Nu te simți jignit sau jenat de lucrurile ieşite din „comun“ care au loc drept urmare a unei dizabilități.

Comunică clar. Dacă ai îndoieli, foloseşte cuvinte, literalmente şi simplu. Nu face niciodată greşeala de a confunda dificultățile intelectuale cu dificultățile de comunicare.

Observație

Nu te teme niciodată să întrebi o persoană cu dizabilități ce se poate face ca să fie ajutată. Mai bine să întrebi şi să se creadă că te agiți prea tare, decât să nu întrebi şi să fii crezut crud şi nepăsător.

Atenție la limbaj

Când vorbeşti despre persoane cu dizabilități, termenul corect este „persoane cu dizabilități“ sau „o persoană cu o dizabilitate“. Este posibil ca „infirm“, „handicapat“, „invalid“ şi „schilod“ să fie termeni jignitori pentru o persoană cu dizabilități.

Observație

Dacă auzi pe cineva folosind un termen care ar putea jigni o persoană cu dizabilități, schimbă subiectul, iar, dacă sunteți prieteni, explică-i în privat, cât mai curând posibil, că terminologia respectivă ar putea jigni.

Exprimări la care ar trebui să fii atent:

Riscante	Mai sigure
Țintuit în scaunul cu rotile	Utilizator al unui scaun cu rotile („țintuit“ insinuează mai degrabă o restric
Deficiențe intelectuale Handicap mental	Dificultăți de învățare
Surzi	Persoane surde sau cu deficiențe de auz
Orbi	Persoane oarbe sau cu deficiențe de vedere
Toalete pentru cei cu dizabilități	Toalete accesibile
Infirmier personal	Asistent personal
Cei cu dizabilități Invalid Handicapat	Persoane cu dizabilități sau o persoană cu o dizabilitate
Suferă de Se luptă cu	„Trăieşte cu“ sau „are“
Pentru scaune cu rotile	Pentru utilizatorii de scaune cu rotile

Observație

Nu îți folosi în mod continuu prietenul cu dizabilități ca purtător de cuvânt pentru persoanele cu dizabilități, nici măcar ca purtător de cuvânt pentru cei cu dizabilitatea respectivă. De cele mai multe ori, cel mai probabil că acesta vrea să fie tratat ca şi când dizabilitatea lui nu este extrem de evidentă pentru un grup.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Tratează-le pe persoanele cu dizabilități cât mai normal posibil.

2. Fă contact vizual şi nu te holba la membre lipsă sau la zone cu atrofie musculară.

3. Consideră scaunul cu rotile ca fiind o extensie a persoanei care îl foloseşte şi oferă-i propriul spațiu.

4. Nu distrage câinii însoțitori dându-le de mâncare sau jucându-te cu ei fără să verifici mai întâi cu proprietarul lor dacă este în regulă.

5. Află la începutul unei conversații cum îi este cel mai uşor unei persoane cu dizabilități de auz să comunice.

6. Când vorbeşti cu cineva care are o deficiență de vorbire, concentrează-te pe ceea ce se spune, fii răbdător şi nu termina propozițiile în locul ei.

7. Nu confunda niciodată intelectul redus cu dificultățile de comunicare.

8. Atenție la limbaj. Unii termeni referitori la dizabilități sunt foarte jignitori.

9. Nu pune întrebări despre dizabilitatea unei persoane, decât dacă eşti încurajat să o faci.

10. Când cunoşti o persoană cu deficiențe de vedere în afara casei ei, stabiliți un loc de întâlnire într-o zonă pe care aceasta o cunoaşte sau la care poate ajunge cu uşurință, ca de acolo să o poți ghida mai departe.

16. Ghid despre homosexualitate, pentru heterosexuali

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să faci referire la homosexuali;

• cum să reacționezi când cineva îşi dezvăluie orientarea sexuală;

• cum să recunoşti situații şi ocazii dificile sau subiecte de conversație inconfortabile pentru homosexuali sau bisexuali;

• cum să te comporți la nunțile şi divorțurile dintre homosexuali.

Chestiuni elementare

În pofida faptului că persoanele homosexuale sau transsexuale folosesc tot felul de termeni ca să se descrie pe sine, persoanele heterosexuale ar trebui să evite următoarele cuvinte: balconar, boxer cu garda inversă, fagotist, fochist, forar, găozar, golaș, lachenson, papanache, popo,

poponaut, poponar, sugaci, turcalete. Nu poți nici să folosești fraze cum ar fi „joacă pentru echipa adversă“ sau alte eufemisme de genul acesta.

Trebuie să te rezumi cu tărie la următorii termeni: gay (atât pentru bărbați, cât şi pentru femei), lesbiană, transgen, transsexual sau homosexual („homosexual“ este mai puțin obişnuit ca celelalte, dar precis; s-ar putea să se ridice din sprâncene la folosirea termenului tehnic, dar nimeni nu se va simți jignit). Ia ca exemplu termenii pe care îi folosesc membrii unui cuplu homosexual când vorbesc unul despre celălalt: „partener“, „soț“, „iubit“, „iubită“ sau „amant“. Toți aceşti termeni au propriile conotații pozitive şi negative, aşa că încearcă să aştepți să vezi pe care îi preferă cuplul cu pricina. În pofida nuanței mai de afaceri, „partener“ este cea mai sigură alegere, dacă nu eşti sigur.

Dezvăluirea orientării sexuale

Homosexualitate

Când o persoană homosexuală îți dezvăluie orientarea ei sexuală, reacția ta la situația cu pricina poate duce la pierderea sau la păstrarea unui prieten, aşa că este important să ai tact. Iată câteva sugestii simple ca să te descurci cu amabilitate, în momentul în care se face un astfel de anunț:

• Nu da de gol o persoană, nici măcar față de ea însăşi. Chiar dacă se toacă mărunt şi e mai vilegiaturistă ca un cercetaş, dacă persoana respectivă nu s-a hotărât ce preferințe sexuale are, sau nu s-a hotărât să facă acest lucru public, nu ar trebui să o faci nici tu. Nu încerca să forțezi o

dezvăluire a orientării sexuale, mai ales dacă slujba deținută de prietenul tău potențial homosexual ar face ca o astfel de dezvăluire să fie privită drept stranie (de exemplu, este membru al forțelor armate, al clerului, învățător etc.).

• Nu te îndoi. Cuvintele „Eşti sigur?“ nu ar trebui să ți se desprindă de pe buze. Bineînțeles că este sigur.

• Nu pune numaidecât întrebări dificile, cum ar fi cele referitoare la religie, planurile de a avea copii sau dacă i-a dezvăluit şi familiei.

• Prefă-te surprins, chiar dacă homosexualitatea sa este evidentă. Încearcă să îți controlezi emoțiile, să nu pari deloc surprins sau excesiv de şocat. Nu minimaliza anunțul, nici nu îl face să pară o descoperire şocantă.

• Nu presupune cu aroganță că motivul pentru care ți se spune este pentru că nutreşte anumite sentimente față de tine.

• Nu face legătura între homosexualitate şi confuzia de gen. Sunt două chestiuni separate.

• Încearcă să te asiguri că, la un moment dat, după ce prietenul tău şi-a dezvăluit orientarea sexuală, aveți un fel de contact fizic, astfel încât acesta să ştie că nu îl consideri respingător. Dacă, de obicei, îl îmbrățişezi, fă-o şi acum. Nu te îndepărta niciodată imediat după ce ți se spune. Evită orice limbaj corporal şi verbal de repulsie sau de ruşine.

• Străduieşte-te mai tare să păstrezi contactul în mod regulat cu prietenul tău în primele câteva luni de la dezvăluire, pentru ca acesta să ştie că nu te prefăceai că totul este normal în preajma lui.

• Dacă un prieten apropiat sau un membru al familiei ți-a spus că este homosexual, a făcut-o pentru că vrea să fiți apropiați. Chiar dacă la început te simți puțin ciudat din pricina aceasta, nu îi dezvălui acest lucru. Oferă-i sprijin şi aşteaptă ca senzația să treacă.

• Dacă eşti fratele/sora respectivului, ca urmare a apropierii de vârstă dintre voi, probabil că vei accepta mai bine anunțul decât o vor face părinții voştri. Oferă-i sprijin fratelui tău/surorii tale homosexual/e în fața părinților. Nu este o ocazie să furi coroana de copil preferat. Dacă există un partener nou, părinții, frații/surorile şi prietenii apropiați ar trebui să îşi exprime interesul să îl cunoască.

• Dacă eşti fostul persoanei cu pricina, întrebările pe care le poți pune vor depinde de relația pe care o ai acum cu persoana respectivă. Dacă sunteți îndeajuns de apropiați ca să pui întrebări, întreabă din curiozitate, nu din mânie. Nu întreba dacă tu ai provocat „asta"; homosexualitatea nu este o afecțiune sau o boală situațională.

• Dacă partenerul îți mărturiseşte că este homosexual, înseamnă că relația voastră se încheie acolo. Nu este o scuză complexă ca să se despartă de tine. Este adevărul. Bineînțeles că vei fi supărat, dar încearcă să accepți fără să îți pierzi cumpătul: persoana care ți-a dezvăluit orientarea ei sexuală nu vrea să te rănească şi probabil că are o părere foarte bună despre tine dacă s-a chinuit să îți spună adevăratul motiv.

Bisexualitate

Când cineva îți dezvăluie că este bisexual, se aplică toate regulile de mai sus, dar ar trebui menționate şi cele două de mai jos.

• Nu face comentarii prin care insinuezi că o persoană bisexuală, pur şi simplu, nu se poate decide sau că este mai promiscuă decât o persoană homosexuală sau heterosexuală.

• Dacă partenerul tău îți spune că este bisexual, nu presupune că asta înseamnă că trebuie să vă despărțiți. Probabil că i-a fost dificil să îți spună, aşa că aşteaptă să îți explice ce înseamnă asta pentru relația voastră, înainte să tragi concluzii pripite.

Cui îi poți spune?

Odată ce un prieten ți-a mărturisit că este homosexual, trebuie să ai grijă unde răspândeşti veştile. Regulile în acest sens vor depinde de persoanele pe care cel care este homosexual le anunță chiar el.

Fii prudent. Este mai bine să faci pe prostul decât să răspândeşti astfel de informaţii (uneori confidențiale). Gândeşte-te la metoda persoanei de a-ți dezvălui orientarea ei sexuală: dacă este vorba de un prieten apropiat, care a fost agitat şi timid, probabil că este un secret pe care ar trebui să îl păzeşti mai îndeaproape decât propriile-ți secrete intime; dacă ți-a fost menționat în fugă, de o cunoştință care este evident că le spune tuturor care vor să asculte, este necesară mai puțină precauție. Cu toate acestea, fii mereu atent mai ales în jurul părinților şi al şefilor. Indiferent cât de liberal ar fi homosexualul cu pricina, nu face greşeala de a presupune că le-a dezvăluit orientarea sexuală şi acestora. Verifică, mai întâi, cu prietenul tău.

Dacă dezvăluirea s-a făcut în mod accidental, de exemplu, intrând fără să vrei peste un prieten, cere-ți scuze scurt, dar caută-l apoi pe prietenul tău, cât mai curând posibil după evenimentul cu pricina, ca

să îl asiguri că secretul lui este în siguranță cu tine. După care nu mai menționa acest subiect.

Nu vorbi tare în public despre homosexualitatea prietenului tău. S-ar putea ca acesta să nu îşi dorească să atragă atenția asupra preferințelor lui sexuale când prin jur mişună ascultători care i-ar putea cunoaşte părinții, şefii etc.

Subiecte de conversație nepotrivite

Nu etala „privilegiile“ persoanelor heterosexuale. Nu vorbi încontinuu despre copiii tăi, despre nuntă sau despre adunările de familie mari şi fericite, dacă ştii că persoana homosexuală cu care vorbeşti are probleme cu familia, care nu îi acceptă modul de viață. Nu ar trebui să întrebi cuplurile de heterosexuali dacă plănuiesc să se căsătorească sau să aibă copii, dar acest lucru este şi mai important în cazul cuplurilor de homosexuali, întrucât complicațiile şi logistica pot fi şi mai dificil de depăşit.

Nu discuta chestiuni homosexuale cu prietenii tăi homosexuali în public. Nu este datoria prietenului tău homosexual să fie un purtător de cuvânt pentru „soiul“ lui, iar pentru el conversația va părea mai degrabă o apărare a modului de viață, decât o dezbatere echilibrată. Dacă el vrea să vorbească despre aceasta, atunci este în regulă, dar nu aborda tu subiectul, iar dacă o altă persoană heterosexuală inițiază conversația, ai face bine să schimbi rapid subiectul. Prietenul tău homosexual nu este un ghid personal spre lumea grozavă a homosexualității.

Dacă o persoană heterosexuală face comentarii homofobe, încearcă să o opreşti înainte să o facă persoana homosexuală prezentă acolo. Ar trebui să fie sarcina tuturor să corecteze ideile unui homofob.

Nunți şi naşteri pentru heterosexuali

Fii conştient de faptul că, atunci când organizezi o nuntă, o petrecere pentru burlăcițe, o petrecere pentru burlaci sau un botez, s-ar putea ca o persoană homosexuală să se simtă ofensată în ceea ce priveşte participarea, planificarea sau ajutatul în cadrul evenimentului respectiv, întrucât astfel de evenimente subliniază faptul că homosexualii nu au fost încă acceptați pe deplin ca egali. Pentru unele persoane homosexuale, faptul că li se cere să fie prezente şi să facă cadouri în cadrul unui astfel de eveniment este ca şi cum li s-ar cere să considere această inegalitate drept corectă. Chiar de căsătoriile homosexuale sunt acum legale în unele locuri din lume, entuziasmul în ceea ce priveşte cuplul fericit este manifestat de mulți părinți printre dinți; căsătoria în biserică le aminteşte persoanelor homosexuale că Dumnezeu nu le binecuvântează modul de viață; petrecerile pentru burlăcițe sau cele pentru burlaci implică deseori o stripteuză de sex opus, care l-ar putea pune pe homosexualul care participă într-o situație inconfortabilă; iar botezurile le pot aminti persoanelor homosexuale că, chiar şi într-un cuplu, doar cel mult unul dintre parteneri va putea furniza ADN pentru copilul lor.

Când inviți persoane homosexuale la astfel de ocazii, fă-o cu o oarecare discreție. Bineînțeles că s-ar putea ca unora dintre persoanele homosexuale să nu li se pară jignitoare cele de mai sus şi nici prin cap nu le-ar trece să rateze o zi specială pentru tine. Invită-le, dar spune-le clar (fără să le spui cum vezi tu lucrurile) că nu te vei simți jignit dacă aleg să nu participe.

Dacă prietenul tău homosexual are un partener, invită-l şi pe acesta. Îl va ajuta pe prietenul tău să îşi amintească de ce a ales un stil de viață mai dificil. În orice caz, încearcă să nu îți forțezi prietenul homosexual să se comporte ca un heterosexual în ziua cu pricina. De asemenea, gândeşte-te puțin la aşezarea la masă: nu fi atât de prost inspirat încât

să îți aşezi prietenii homosexuali lângă persoane despre care se ştie că sunt homofobe.

Observație

Dacă tu eşti persoana homosexuală care încearcă să se hotărască dacă să participe la o nuntă sau la sărbătorirea unei naşteri, dacă poți face asta fără să pari că ai avea resentimente, atunci fă un efort şi participă. Este o sărbătoare la care cei doi îşi doresc să participe şi prietenii lor şi, indiferent că este vorba despre o naştere, o nuntă, o realizare sportivă sau o promovare, aceştia vor să aibă parte şi de sprijinul tău.

Nunți de homosexuali

Acordă-i unui cuplu de homosexuali care se căsătoreşte toată considerația şi cadourile pe care le-ai acorda unui cuplu de heterosexuali. Optează, mai degrabă, pentru formalitate şi ai grijă să nu îi acorzi zilei o nuanță de ironie dacă nu a indicat chiar cuplul că s-ar aştepta la asta.

Dacă doi homosexuali sunt căsătoriți sau locuiesc împreună, tratează-i exact la fel cum ai face-o cu un cuplu căsătorit de heterosexuali, invitându-i la evenimente ca pereche, de exemplu.

Divorț

Dacă prietenii tăi homosexuali au recurs la căsătorie şi acum divorțează, arată-le aceeaşi considerație pe care i-ai arăta-o unui cuplu căsătorit de persoane heterosexuale, care ar trece prin vremuri asemănător de dificile. Mai ține cont şi de faptul că ar trebui să dăm dovadă de considerație în caz de divorț şi cuplurilor de homosexuali care doar au locuit împreună, fără să fi trecut prin ceremonia căsătoriei, întrucât numeroase cupluri ca acestea consideră respectiva ceremonie inutilă în lipsa binecuvântării părinților sau a Bisericii, de exemplu. În situaţia în care cuplul a avut copii, moştenitori genetici ai unuia dintre părinți, fii conştient şi de faptul că acest lucru ar putea fi o sursă de stres în plus, întrucât este posibil ca unul dintre ei să nu mai aibă acum drepturi legale asupra copilului.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Atenție la limbaj. Unii termeni folosiți pentru a le descrie pe persoanele homosexuale, lesbiene, transgen sau transsexuale sunt jignitoare.

2. Lasă o persoană să îți dezvăluie orientarea sexuală la momentul ales de ea şi nu îi pune la îndoială alegerea atunci când o face.

3. Străduieşte-te puțin mai mult să păstrezi legătura cu o persoană la scurt timp după ce aceasta îşi dezvăluie orientarea sexuală, astfel încât persoana să ştie că orientarea ei sexuală nu te-a îndepărtat.

4. Nu face niciodată comentarii cum că homosexualii şi bisexualii ar fi mai promiscui decât heterosexualii.

5. Atenție cui dai mai departe vestea despre o dezvăluire a orientării sexuale.

6. Nu etala privilegiile pe care le au persoanele heterosexuale, cum ar fi căsătoria (în unele țări) sau copiii. Înțelege că s-ar putea ca persoanele homosexuale să se simtă jignite dacă trebuie să se implice profund în astfel de evenimente pentru heterosexuali.

7. Indiferent că este vorba despre persoane homosexuale sau heterosexuale, despărțirile şi divorțurile sunt experiențe traumatice. Tratează-le ca atare.

8. Tratează cuplurile de homosexuali aşa cum ai face-o cu cele de heterosexuali. Invită-i pe ambii membri ai cuplului la evenimente la care sunt invitați şi partenerii, de exemplu.

9. Acordă unei nunți de homosexuali toată considerația care i s-ar acorda unei nunți de heterosexuali.

10. Nu îți folosi prietenul homosexual ca purtător de cuvânt pentru „cei ca el“ când vorbeşti în cadrul unui grup.

17. Eticheta în sport

Din acest capitol, vei învăța:

• cum să te comporți sportiv;

• cum să folosești sala de sport;

• cum să folosești vestiarul.

Eticheta în materie de sport, în general

Idei generale de reținut:

• Nimănui nu îi place un câştigător lăudăros sau un pierzător supărăcios. Indiferent de rezultat, dă mâna cu adversarul tău.

• Nu paria împotriva prietenilor. Dacă eşti prins făcând-o, explică-i prietenului că ai făcut-o doar pentru că vei fi atât de supărat dacă pierde, încât vei avea nevoie de ceva care să te înveselească.

• Respectă regulile jocului. Obține o copie a regulamentului, ca să eviți certurile. Dacă ştii că există mai multe versiuni ale unei reguli, înainte să începeți să jucați, hotărâți ce versiune veți respecta. Dacă se poate, numiți un arbitru pentru deciziile dificile.

• Joacă corect. Nu apuca niciodată părțile care atârnă.

• Nu presupune niciodată că poți învăța singur un sport notoriu de periculos sau un sport în care incompetența ți-ar putea pune în pericol sănătatea, a ta sau a altora. Ia lecții dacă trebuie şi, până când nu eşti pe deplin competent, nu sta în calea experților.

• Dacă o zonă este folosită în mod normal de un anumit grup şi nu există un sistem formal sau informal de rezervare, fă-ți timp să afli când foloseşte grupul cu pricina zona respectivă. Dacă ajungeți amândoi în acelaşi timp, clienții obișnuiți au prioritate.

• Dacă o zonă este folosită pentru două sporturi diferite (de exemplu, de către surferi şi de cei care fac boogie boarding), stați la distanță unii de alții, întrucât mişcările unui sport diferit sunt mai imprevizibile decât cele ale sportului pe care îl practici tu.

• Nu te odihni în locuri periculoase sau inadecvate. Ieşi de pe terenul de sport.

• Pentru sportivii sau sportivele care sunt pe cont propriu, de exemplu, care schiază sau fac snowboarding, este cu precădere important să oferi asistență dacă cineva este rănit sau necesită ajutor.

• Soseşte în zona pentru sport la timp şi pregătit de participare. Nu te îmbrăca cu haine sau cu echipament în zona pentru sport; îmbracă-te pe margine sau în vestiare.

• Fii atent la echipamentul altora, chiar dacă îți stă în cale. Asigură-te că propriul echipament nu se află într-un loc inconvenabil pentru alții sau că nu este transportat într-un mod nesigur.

• Nu răni niciodată intenționat pe altcineva în timpul unui eveniment sportiv, nici măcar în glumă. Cu toate acestea, dacă loveşti accidental pe cineva, cere-ți scuze şi aşteaptă şi verifică dacă este în regulă, oferindu-i orice asistență necesară.

• Nu avansa niciodată la un nivel care ştii că îți depăşeşte competența, dacă nivelul respectiv te-ar putea pune sau i-ar putea pune pe alții în pericol.

Observație

Sporturile sunt distractive, dar, ca să rămână distractive pentru toată lumea, joacă în funcție de propria-ți gamă de abilități şi fii atent la propriile carențe care i-ar putea pune pe alții în pericol. Când se poate, avertizează-i pe alții de o posibilă lipsă de control.

Eticheta în sala de sport

Să mergi la sală este o experiență mai puțin igienică și poate implica aproape la fel de mult contact cu lichidele corporale ale altor persoane precum, ei bine, un scenariu mult mai intim. Cu cantități variabile de experiență, o invadare probabilă a spațiului personal și a igienei, sar uneori scântei de la cele mai mici impolitețuri.

Oricât de contraintuitiv ar părea pentru un loc în care mormăitul, transpiratul din abundență și mârâitul sunt norma, regulile de etichetă pentru o sală de sport sunt la fel de stricte ca și cele de la operă sau balet (și, pentru majoritatea, mult mai frecvent necesare). Încearcă să respecți următoarele:

• Șterge aparatele după ce le folosești. Dacă oamenii vor să înoate, vor folosi piscina, nu stepperul.

• Dacă trebuie să ai telefonul mobil la tine în sala de sport, ține-l pe modul silențios, ca să nu îi deranjezi pe alții. Nu purta conversații zgomotoase și lungi la telefon în timp ce exersezi la un aparat. Nu este un exercițiu de multitasking, ci de fitness.

• Pune greutățile la o parte după ce le folosești. Nu toți oamenii sunt construiți la fel și este mai sigur să nu fie nevoiți să îți mute greutățile.

• Împarte echipamentul cu alții. Când te afli între seriile de exerciții, oferă aparatul cuiva care aşteaptă, cât timp te odihneşti tu.

• S-ar putea să sfârşeşti transpirat, dar ar trebui ca tu şi îmbrăcămintea ta să fiți curați la început.

• Țâşnitoarea este ca să consumi apă, nu ca să depozitezi gume de mestecat. Când este coadă, nu umple sticle mari.

• Nu scăpa şi nu lovi echipamentul. Nu este bine pentru echipament şi le distrage atenția celor din jurul tău.

• Pălăvrăgeşte mai târziu. Dacă te întâlneşti cu un prieten vechi, nu acapara un aparat în timp ce vorbiți despre căsnicie/copii/muncă şi nu sta lângă aparatul pe care exersează prietenul tău, forțându-l să întrețină o conversație în timp ce se luptă să poată respira. În schimb, stabiliți să vă întâlniți mai târziu.

• Deseori un echipament are recomandări privind o limită de timp în ceea ce priveşte folosirea lui, care ar trebui respectate ca să se evite monopolizarea aparatului.

• Nu oferi sfaturi nesolicitate. Dacă o persoană face un lucru potențial periculos, spune-i unui angajat al sălii de sport. Acesta deține autoritatea necesară pentru a aborda persoana cu pricina şi pentru a o corecta.

• Nu face ridicări care îți depăşesc categoria de greutate.

• Nu trece prin fața celor care folosesc oglinda. La fel, nu sta la depărtare, aşteptându-te să vezi clar.

• Nu te holba şi nu te da la oameni. Dacă este nevoie, vorbeşte cu ei la recepție. Nimănui nu îi place să fie privit într-un mod mai pervers, în timp ce se chinuie să respire din cauza efortului.

• Poartă îmbrăcăminte şi o lenjerie care să susțină bine, potrivite pentru sport. Articolele care se ridică şi expun mai mult decât ți-ar plăcea să se vadă într-un club de noapte nu sunt potrivite. Respectă regulile casei referitoare la ce tip de talpă se permite la pantofii sport, întrucât unele tipuri deteriorează podeaua. Aşteaptă-te ca oamenii să se uite la tine dacă porți un body strâmt elastic gen tanga sau orice altceva de acest fel.

Observație

Ține minte că, pentru multă lume să meargă la sala de sport este o activitate intenționat solitară. Zâmbeşte, dar nu începe o conversație, decât dacă este limpede că aceasta este binevenită şi nu distrage persoana care foloseşte un aparat.

Eticheta în vestiar

Încearcă să urmezi îndrumările de mai jos:

• Tratează vestiarul ca pe o versiune mai îngrijită a propriei tale băi. Nu lăsa dezordine în urma ta şi foloseşte cel mult două prosoape.

• Foloseşte cabinele pentru schimbat dacă sunt disponibile. Nimănui nu îi place să îți vadă părțile intime dacă are de ales.

• Dacă te întâlneşti cu un prieten sau cu un coleg de muncă în timp ce vă alegeți amândoi dulăpioarele, întreabă-ți prietenul dacă ar prefera să găsiți dulapuri apropiate sau mai îndepărtate. În cazul în care prietenul tău şi-a ales deja un dulap, dacă nu îți face semn spre unul liber de lângă el, alege unul mai îndepărtat, preferabil din afara razei vizuale a prietenului. Dacă mergi la aceeaşi sală de sport ca şeful tău, inventează o scuză ca să alegi un dulap îndepărtat de al lui, chiar dacă scuza respectivă este, pur şi simplu, „rutina“.

• Nu te holba. Prosopul va fi folosit într-un mod ciudat şi părți ale corpului vor fi expuse în vestiare. Ignoră orice ți se pare neobişnuit, oricât de morbid de fascinant ar fi lucrul cu pricina.

• Foloseşte un prosop ca să te usuci. Nu îl flutura în jur triumfător după ce l-ai folosit, nici nu începe să te bați cu prosopul cu prietenii.

• Dezvăluie-ți orice intenție romantică cu strictețe în afara vestiarului.

• Dacă numărul de duşuri este limitat sau este coadă, nu este momentul să te dai intensiv cu balsam, să te exfoliezi sau să îți aplici o mască pentru față. Intră, spală-te și ieşi.

• Nu urina niciodată într-un duş public.

• Nu face niciodată fotografii într-un vestiar.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Nu fi un câştigător lăudăros, nici un pierzător supărăcios.

2. Soseşte la timp la evenimentele în echipă şi pregătit de participare.

3. Poartă un echipament curat.

4. Respectă regulile sălii de sport pe care o frecventezi.

5. Nu face avansuri în sala de sport, nici nu te holba. Du-te la ei după aceea, dacă ții morțiş.

6. Fă sport în timpul alocat pentru sport. Pălăvrăgeşte mai târziu.

7. Evită contactul cu alții în vestiar.

8. Activitățile de echipă regulate au prioritate pe terenurile de sport unde nu există un sistem de rezervare.

9. Nu face niciodată fotografii în vestiare.

10. Nu face niciodată avansuri cuiva într-un vestiar.

18. Eticheta în diverse alte situații

În acest capitol, vei învăța:

• despre bacşişuri;

• cum să asculți la un player MP3;

• cum să vorbești şi să îți folosești limbajul corporal;

• cum să bei într-un bar;

• cum să studiezi;

• cum să dăruieşti şi să primeşti cadouri şi complimente;

• cum să te comporți cu sexul opus.

Bacşiş în Anglia

Băuturi servite la bar

Dacă barul are doar personal de bar şi nu are ospătari, lasă bacşiş spunând „…şi unul pentru tine“ atunci când comanzi băuturile. Barmanul va adăuga atunci preţul unei băuturi la nota ta de plată. Dacă se cumpără mai multe băuturi în repetate rânduri pentru un grup, ar trebui să se facă aşa de fiecare dată când se cumpără un rând. În grupurile mai mici sau când eşti pe cont propriu, se face o singură dată pe noapte.

Dacă stai la masă şi barul are şi ospătari care să vă preia comanda, ar trebui lăsat un bacşiş de 10–15% la sfârşit, dacă nu este deja inclusă taxa pentru servire.

Toalete

Trebuie să laşi bacşiş doar dacă foloseşti un produs furnizat de îngrijitorul toaletei sau dacă îngrijitorul te ajută în vreun fel (de exemplu, îţi ţine părul la spate în timp ce vomiţi sau te ajută să îţi cureţi cămaşa de o băutură vărsată). Lasă bacşiş în funcţie de ajutorul primit de la îngrijitor: dacă foloseşti unul dintre produsele oferite, 1£ va fi suficient; dacă te ajută să cureţi un articol de îmbrăcăminte, 5£ este corect; dacă îţi ţine părul în timp ce tu vomiţi, orice sub 15£ te va face să pari zgârcit.

Haine

Dacă un local taxează pentru folosirea garderobei, lasă 50 de penny per haină îngrijitorului de la garderobă. Dacă garderoba nu taxează, ar trebui să laşi bacşiş între 1,50£ şi 2£ per haină.

Servirea mesei

Când mănânci în oraş, dacă serviciul a fost acceptabil, lasă între 10% şi 15% bacşiş din nota de plată, dacă nu a fost deja inclusă taxa pentru servire. Dacă s-a inclus taxa pentru servire, nu ai de ce să laşi bacşiş în plus. Taxa pentru servire este opțională; dacă servirea a fost de proastă calitate şi personalul nepoliticos, poți refuza să o plăteşti. Dacă ai avut parte de o servire excepțională şi s-a adăugat deja taxa pentru servire, rămâne, sincer, la latitudinea ta dacă vrei să adaugi ceva în plus şi, dacă da, cât anume.

Rezervări la saloane de frizerie şi de înfrumusețare

Frizerițele şi cosmeticienele ar trebui să primească un bacşiş în valoare de 10% din tariful tratamentului, deşi, dacă mergi în mod regulat la frizerița sau cosmeticiana cu pricina, este acceptabil şi să îi laşi bacşiş sub forma unui bonus de Crăciun sau de Anul Nou, care ar trebui să fie între 20£ şi 100£, în funcție de cât de regulat apelezi la serviciile ei. Această idee de bonus anual rezolvă situația în care frizerițele sau

cosmeticienele ar crede că laşi bacşiş în funcție de cât de satisfăcut eşti de tratamentul primit, dacă se întâmplă să uiți într-o săptămână să îi laşi mărunțişul.

Taxiuri

Dacă trebuie să plăteşti sub 10£, rotunjeşte în sus (de exemplu, la o plată de 4,20£, plăteşte 5£). Dacă ai de plată mai mult de 10£, dar sub 20£, rotunjeşte în sus spre cele mai apropiate 2£ în plus (de exemplu, la o plată de 17,50£, plăteşte 19£). Dacă ai de plată mai mult de 20£, dar sub 30£, rotunjeşte în sus spre cele mai apropiate 3£ în plus (de exemplu, la o plată de 26,70 £, plăteşte 29£). Şi aşa mai departe. Dacă taximetristul te ajută cu bagajele, ar trebui lăsată 1£ în plus la bacşiş.

Observație

Cultura lăsatului de bacşiş variază foarte mult de la o țară la alta. Informează-te înainte să vizitezi țări străine, întrucât vei avea nevoie de această cunoaştere imediat ce calci pe pământ străin. Se găsesc îndrumări despre bacşiş pe internet sau în ghidurile de călătorie.

Folosirea toaletelor publice

Bărbați

Când intrați într-o toaletă publică pentru bărbați, dacă încăperea este goală, alegeți pisoarul situat la oricare dintre capetele unui rând şi cel mai departe de uşă. Dacă eşti a doua persoană ce intră în toaletă, alege pisoarul de la celălalt capăt al rândului, situat cel mai departe de prima persoană. A treia persoană, dacă sunt cinci sau mai multe pisoare, ar trebui să îl aleagă pe cel din mijlocul rândului, situat cel mai departe de ceilalți doi bărbați. Dacă pisoarele sunt ocupate, astfel încât singurul disponibil este adiacent altei persoane, foloseşte o cabină sau ia în calcul varianta de a pleca şi de a te întoarce mai târziu. Dacă coada este lungă, nu sunt cabine disponibile şi nevoia de a te uşura este stringentă, foloseşte orice pisoar disponibil, dar trebuie să priveşti strict înainte.

Dacă urinezi într-o cabină sau într-o toaletă, ridică colacul de veceu şi pune-l la loc după folosirea toaletei. Această regulă este cu precădere importantă când se folosesc toalete unisex sau toaleta din casa altcuiva.

Femei

Categoric, poți merge la baie cu prietenele tale, dar nu vorbiți prin uşile de la cabine când folosiți efectiv toaleta. Nici o altă persoană care foloseşte toaleta nu vrea să vă asculte conversația. Aruncați mereu tampoanele igienice folosite la coşul de gunoi.

Bărbați şi femei

Lasă toaleta în starea în care ai găsit-o. De exemplu, nu lăsa prosoapele pe jos. Spală-te mereu bine pe mâini cu săpun după ce foloseşti toaleta.

Eticheta privind playerele MP3

Chiar dacă aparatele stereo personale şi playerele MP3 sunt folosite de mulți ca să uite de lumea din jurul lor, lumea nu dispare ca prin magie dacă îți pui căştile în urechi. Felul în care îți foloseşti playerul MP3 este un semn de respect față de cei din jurul tău, o modalitate de a le arăta pe cine pui pe primul loc: pe ei sau pe tine.

Căşti pentru urechi

Când porți căşti pentru urechi, faptul că îți scoți una dintre ele, pe amândouă sau nici una spune multe despre respectul tău față de orice persoană cu care intri în contact.

Dacă o persoană de vârstă apropiată sau mai tânără te salută doar cu „bună“ sau te întreabă „ce mai faci“, şi este evident că nici unul dintre voi nu intenționează să ducă conversația cu pricina dincolo de politețuri, scoate-ți o cască din ureche, ca să îi răspunzi la salut. Totuşi, dacă cealaltă persoană este o persoană cu autoritate sau este mai în vârstă decât tine, scoate-ți ambele căşti. Ar trebui să îți scoți o cască din urechi în magazine şi cafenele când plăteşti. Dacă îți ții ambele căşti în urechi, insinuezi cumva că, pentru tine, cealaltă persoană nu există.

Dacă o persoană încearcă să vorbească cu tine mai mult de 15 secunde, scoate-ți ambele căşti. Dacă persoana cu pricina ți se alătură apoi în

orice făceai tu înainte pe cont propriu, playerul MP3 ar trebui depozitat în orice mod ai alege să îl depozitezi, dacă nu intenționezi să îl folosești în următoarea oră. La fel stau lucrurile şi dacă activitatea nu permite purtarea unei conversații semnificative (de exemplu, dacă vă aflați împreună într-un mijloc de transport în comun aglomerat).

Dacă vrei să dai exemplu de bună creștere în ceea ce priveşte playerele MP3, poartă o singură cască în ureche în public, tot timpul, ca să fii mai conştient de împrejurimi.

Eticheta privind playerele mp3 în diverse alte situații

La serviciu, dacă nu ai propriul birou, playerul MP3 ar trebui folosit doar în momentele în care nu vrei sau nu te aştepți la contact verbal cu alții. Cu toate acestea, colegii de serviciu care folosesc un player MP3 pot fi întrerupți oricând la muncă, moment în care ar trebui să se scoată ambele căşti din urechi.

Când vorbeşti cu o altă persoană, dacă încă asculți la playerul tău MP3, nu da din cap şi nu dansa, cu precădere dacă persoana cu pricina îți spune ceva serios. Dacă te afli în compania altora, nu începe niciodată să asculți la un player MP3, decât dacă cealaltă persoană deține unul şi îți sugerează acest lucru.

Înainte să te hotărăşti cât de tare să dai volumul la playerul tău MP3, ține o cască la vreo 60 de centimetri distanță de ureche. Dacă încă se aude sonorul, dă-l mai încet. Nu striga din pricina volumului din urechi. Dacă bănuieşti că aşa faci, scoate-ți ambele căşti din urechi.

Eticheta la festivaluri/spectacole

Ponturi generale:

• Nu urina în locurile în care vor sta alții.

• Nu te băga în față la toaletă. Când ajungi în fața cozii, desfă-ți cureaua, ca să reduci timpul petrecut în toaletă.

• După ce foloseşti toaleta, spală-te pe mâini cu o sticlă de apă sau cu gel antibacterian, dacă se poate.

• Participă sau pleacă de acolo. Nu te împinge în ceilalți.

• Când cineva este plimbat pe brațe pe deasupra mulțimii, în poziție culcată, apucă-l de un braț sau de un picior şi dă o mână de ajutor.

Eticheta în biblioteci

Ponturi generale:

• În primul rând, biblioteca este un loc de muncă. Gândeşte-te la ea ca la un lăcaş de închinăciune în faţa cărţii şi trateaz-o ca atare. Dacă nu intenţionezi să lucrezi sau să citeşti, pleacă pentru a reduce din aglomeraţie.

• Biblioteca nu este nici bar, nici dormitor. Să pălăvrăgeşti cu cel de care îţi place probabil că nu va fi prea de dorit când acesta din urmă va intra în panică din pricina termenului limită la eseul pe care îl are de scris şi orice etalare de afecţiune între membrii unui cuplu cel mai probabil că va fi întâmpinată cu iritare de alţi utilizatori ai bibliotecii. Lasă asta pentru pauze.

• Închide sonorul la telefonul mobil, dar dezactivează şi funcţia de vibraţie. Bâzâitul acela este aproape la fel de rău ca o secvenţă de 10 secunde din melodia lui Avril Lavigne pe care tocmai ai oprit-o.

• Returnează cărţile foarte căutate imediat ce ai terminat cu ele şi chiar înainte de data de returnare, dacă se poate. În nici un caz nu ţine cărţile peste data limită.

• Bibliotecile sunt locuri ale liniştii. Chiar dacă ar putea avea legătură cu serviciul, nu vorbi încet cu alţi oameni din bibliotecă sau la telefon; îi vei deranja oricum pe alţii.

• Majoritatea bibliotecilor nu permit consumul de alimente, dar dacă întâlneşti una rară care îl permite, fii atent când vine vorba despre

obiceiurile tale culinare. Nu consuma mâncare cu miros puternic sau din ambalaje care foșnesc şi aruncă tot gunoiul.

Femei însărcinate

Oricât de rotundă ar avea burta, nu întreba niciodată o femeie dacă este însărcinată, nici nu face comentarii care ar insinua acest lucru. Fie va oferi chiar ea informația cu pricina, fie vei afla de la prietenii ei. Dacă nu poți valida sarcina prin intermediul uneia dintre aceste metode, atunci s-ar putea ca sarcina să nu fie încă de domeniul public sau s-ar putea ca femeia să nu fie însărcinată. Dacă bănuieşti o sarcină, însă, simte-te liber să îi cedezi locul şi să dai dovadă de alte astfel de finețuri, dar fără să menționezi de ce o faci.

Când ai de-a face cu o femeie despre care ştii cu siguranță că este însărcinată, ține minte următoarele:

• Femeia are nevoie în continuare de spațiul ei personal. Nu ar trebui să atingi burta unei femei însărcinate fără permisiune.

• Femeile însărcinate obosesc repede. Fii înțelegător şi nu te certa în caz că acestea îşi exprimă preferința de a nu se deplasa pe jos pe distanțe lungi sau de a nu lua parte la o activitate extenuantă.

• Femeile însărcinate nu au o dizabilitate. Dacă cer ajutor sau dacă par a fi în dificultate, ajută-le, dar nu le trata ca şi cum ar fi incapabile să facă ceva pe cont propriu, cu precădere dacă sarcina este în stadiu incipient.

• Nu comenta niciodată referitor la cât de mult mănâncă o femeie însărcinată, decât dacă eşti doctorul ei.

• Când vorbeşti cu o femeie însărcinată, vorbeşte-i femeii, nu burticii.

• Nu comenta şi nu te plânge unei femei însărcinate referitor la schimbările ei de stări emoționale. Este un dezechilibru hormonal care va trece.

Înjurături

Înjurăturile au devenit parte din viața modernă într-o asemenea măsură, încât majoritatea oamenilor le consideră acum o formă de exprimare, mai degrabă decât o jignire la adresa urechilor lor fragile şi pure. Încă există, totuşi, numeroase persoane care obiectează din toată inima la adresa folosirii cuvântului cu „f“, cel cu „n“ şi, cel mai important, cel cu „p“.

Dacă aparții primului grup, atunci când cunoşti oameni noi, abține-te de la înjurături până îți dai seama cum se comportă aceştia în mod obişnuit. Simte-te liber să contribui cu câte obscenități vrei tu, fără să te temi că vei fi judecat, dacă grupul pare să procedeze la fel, dar este preferabil să te abții până eşti sigur de aceasta. Cuvântul cu „p“ necesită o precauție specială.

Dacă aparții celui de-al doilea grup şi te confrunți cu o situație în care îți simți urechile sângerând de la atacul verbal asupra lor, ține minte că este nepoliticos să îl faci pe un nou-venit să se simtă inconfortabil.

Urechile tale sângerânde nici nu se vor compara cu jena pe care o va simți acesta dacă se va sublinia în public faptul că modul lui normal de a vorbi este jignitor. Cu condiția ca înjurăturile să nu aibă loc mai ales în preajma copiilor mici, sau în mod intenționat, pentru a genera priviri indignate, abține-te de la a alerta în public persoana cu pricina referitor la ofensa adusă. În schimb, trage-o deoparte mai târziu şi explică-i încet că „alții“ consideră un astfel de limbaj puțin dificil de gestionat, referindu-te la vârsta lor, de exemplu, ca circumstanțe atenuante.

Dacă ai dubii sau te afli în public, nu înjura. Nu te va desconsidera nimeni dacă nu o faci şi mulți vor fi jigniți dacă o faci. În plus, dacă chiar apare o situație ce necesită folosirea unui limbaj puternic, acest lucru va avea mult mai mult impact dacă vine de la tine, care, în mod normal, nu vorbeşti urât. Fii îndeosebi de precaut cu înjurăturile în preajma figurilor cu autoritate, a persoanelor în vârstă sau a pre-adolescenților.

Limbaj

Foloseşte din plin cuvintele „te rog“, „mulțumesc“ şi „îmi pare rău“, precum şi „bună dimineața“, „bună ziua“ şi „bună seara“.

În baruri

Majoritatea întâlnirilor de prieteni post-adolescenţi din Anglia tind să includă o băutură alcoolică de un fel sau altul, indiferent că este vorba de o bere în parc, de un pahar de vin la cină sau de o Coca-Cola cu votcă într-un bar. Problema este, însă, că deseori orice gânduri la

etichetă sunt aruncate la veceu, împreună cu rămăşițele primei sticle de bere. Cu toate acestea, dacă se practică în mod continuu, devine un obicei să ai grijă la cum te porți chiar şi atunci când ți se pare greu să ai grijă pe unde calci. Iată câteva îndrumări generale:

• Fă mereu cinste când îți vine rândul. Dacă nu îți permiți să o faci, nu îți permiți să fii acolo. Să faci cinste cu un rând de băuturi nu este doar o metodă de a falimenta, ci ține şi de efort. Cel care face cinste cu un rând de băuturi trebuie să se lupte cu cozile de la bar şi să facă şi pe ospătarul.

• Dacă este evident că acela care face cinste va avea de furcă cu această sarcină, este o dovadă de bune maniere din partea unei a doua persoane să se ofere să îl ajute să aducă băuturile de la bar.

• În învălmăşeala dintr-un bar, este deseori uşor să uiți că există o coadă. Nimănui nu îi plac persoanele care se bagă în față, chiar şi atunci când nu există, de fapt, o coadă. Dacă eşti centrat pe arta de a atrage atenția barmanului, dar este evident că nu este rândul tău, arată spre cel de lângă tine, care a aşteptat de mai mult timp şi insistă ca acesta să fie servit mai întâi. Barmanul te va servi apoi pe tine (nu ai de ce să arăți spre coada formată din celelalte 20 de persoane care au fost, de fapt, acolo înaintea ta; oamenilor nu le plac nici martirii), iar cele două minute în plus cât durează îți vor fi păstrat onoarea în baruri.

• Nu striga, fluiera sau gesticula energic către barman ca să ceri să fii servit. Gesturile de captare a atenției trebuie să fie limitate la a ridica mâna, nu mai sus de umăr, la contact vizual şi poate la o ridicare din sprâncene. Poți ține banii într-o mână, astfel încât să fie văzuți clar de personalul de la bar, dar nu îi flutura: eşti într-un bar, nu într-un club de striptease.

• Este în regulă să vorbeşti cu străinii la bar. Este, de fapt, printre singurele locuri în care este acceptabil din punct de vedere social să o faci. Profită la maximum de aceasta.

• Comandă şampanie doar dacă ai ceva de sărbătorit. Lucrul pe care îl sărbătoreşti poate fi ceva minor, dar este o dovadă de prost gust să comanzi zgomotos o sticlă de şampanie fără vreun motiv.

• Nu îi forța pe alții să consume alcool, nici nu îi pune în situații în care presiunea anturajului i-ar putea forța să bea. Ține minte că este decizia fiecărei persoane cât de tare vrea să se îmbete, iar să cumperi shoturi duble pentru cineva care a cerut un shot simplu este un lucru generos, dar uneori foarte nedorit, ba chiar periculos.

• Urmăreşte-i cu atenție pe cei care conduc. Dacă este evident că un şofer a băut prea mult, vorbeşte-i despre forme de transport alternativ spre casă sau cere-i să treacă pe băuturi răcoritoare. Dacă insistă că poate conduce oricum în starea în care este, informează-i pe ceilalți care călătoresc cu el despre situația cu pricina. Găseşte o metodă alternativă de a te întoarce acasă şi ajută-i pe alții care nu cunosc zona să facă la fel. Insistă ca şoferul să folosească, de asemenea, o formă de transport alternativă. La nevoie, confiscă-i cheile. Oricât de furios ar părea la momentul respectiv, este mult mai bine să procedezi aşa, decât să rişti o călătorie periculoasă spre casă.

• În ziua de astăzi, este acceptabil să bei în orice moment al zilei după prânz. Fă-o înainte de prânz şi rişti să pari alcoolic sau student. Ironic este că dacă nu bei deloc pari un alcoolic în recuperare, dar dacă este alegerea ta, nu ceda în fața presiunii anturajului.

Punctualitate

Fii punctual. Nu presupune că timpul altcuiva este mai puțin valoros decât al tău. Dacă vei întârzia, avertizează-l pe celălalt cât mai devreme posibil.

Deschisul uşilor

Cel care ajunge primul la uşă o deschide, fie el bărbat sau femeie, şi o lasă pe cealaltă persoană să intre prima.

Strănutat

Dacă nevoia de a strănuta apare într-un moment îndeosebi de prost, de exemplu, în timp ce vă rostiți jurămintele de nuntă, freacă-ți limba de cerul gurii, ca să întârzii strănutul până într-un moment mai potrivit.

Exersează strănutatul în linişte. Să ai la tine şervețele sau o batistă pentru astfel de posibile situații, dar, dacă nu ajungi la ele în timp, strănută în îndoitura cotului, mai degrabă decât în palme, ca să limitezi pulverizarea stropilor. Dacă strănuți în mâini, spală-le cât mai curând posibil.

Limbaj corporal

Fii atent ca limbajul tău corporal să nu trădeze sentimente pe care cineva manierat nu le-ar exprima. S-au scris cărți întregi despre subiectul limbajului corporal, dar, pentru început, încearcă următoarele:

• Atenție la invadarea spațiului personal al celorlalți. Nu te agăța de un scaun pe care stă altcineva. Dacă o persoană se dă un pas în spate, nu face automat un pas în față.

• Când încerci să fii primitor şi abordabil, nu îți încrucişa brațele.

• Nu te încrunta când ți se cere o favoare sau când ți se atribuie o sarcină care îți displace.

Sugestii ajutătoare specifice privind eticheta pentru el şi pentru ea

El

• Foloseşte partea de trotuar dinspre carosabil, ca să le protejezi pe femei de stropiri accidentale şi de maşini care virează.

• Nu vorbi niciodată cu sânii unei femei. Păstrează contactul vizual.

• Însoțește-le pe femei până la uşa hotelului sau a casei dacă nu se simt în siguranță, cu precădere noaptea.

• Trage-i scaunul unei doamne ca să se aşeze la masă.

• Nu presupune că femeile sunt inferioare din punct de vedere intelectual sau incompetente în viața de zi cu zi. Ajutorul acordat de bărbați este drăguț, dar nu este o necesitate.

• Nu spune glume sexiste, cu precădere femeilor.

• Deschide mereu uşa de la maşină pentru o doamnă, înainte să urci tu în ea.

• Dacă o doamnă poartă pantofi cu toc şi trebuie să parchezi la o oarecare distanță de localul la care mergeți, oferă-te să o laşi pe ea la local şi să parchezi maşina singur.

Ea

• Dacă un bărbat îți face o favoare, nu o considera o lovitură la adresa independenței tale.

• Nu exagera cu vulnerabilitatea: dacă simți că nu eşti în siguranță, spune-o, dar nu îi supune pe bărbați sau pe alte femei la un efort inutil, dacă simți că vei supraviețui pe cont propriu. De exemplu, nu îl obliga pe un bărbat să te conducă până la uşă, dacă locuieşti foarte departe, ci ia, mai degrabă, un taxi singură.

• Dacă un bărbat îți deschide mai întâi ție uşa de la maşină, intră şi apleacă-te ca să îi descui lui uşa din interior, mai ales dacă plouă.

Eticheta la examene

Înainte de examen, regulile de etichetă îți cer să nu recunoşti că ai studiat mult. Prefă-te a fi nepregătit; aşa, ceilalți se vor simți mai uşurați când vine vorba de propriul sentiment de panică. Dacă este evident pentru toată lumea că ai tocit săptămâni întregi, foloseşte o scuză, un comentariu negativ referitor la obiceiurile tale de învățare care să te aducă la acelaşi nivel cu cei mai slab pregătiți. Replicile de genul „Da, dar mereu m-am descurcat prost la materia asta“ sau „Stau ore întregi la birou, dar tot ce fac este să mănânc biscuiți“, de obicei, funcționează foarte bine.

După examen, prefă-te că nu te-ai descurcat, sau adoptă o poziție de neutralitate, cel mult. Este singura variantă ca să reuşeşti pe plan social, întrucât încântarea îi îndepărtează pe cei care sunt îngrijorați de felul în care s-au descurcat. Nu le spune altora cum ar fi trebuit să se răspundă la o întrebare, decât dacă nutreşti ambiții de a fi respins social şi de a muri singur într-o peşteră fără să observe cineva sau să îi pese cuiva. Nu îi spune cuiva care lasă impresia că este pe punctul de a izbucni în plâns ce bine crezi că te-ai descurcat tu sau că poate că ar fi trebuit să studieze mai mult. Serios, adu-ți aminte de peşteră şi mai gândeşte-te o dată.

Când se afişează rezultatele, fii atent la cei care s-au descurcat bine şi la cei care s-au descurcat prost. Nu bagateliza realizările altora, chiar dacă tu te-ai descurcat mai bine. Dacă cineva nu a picat efectiv examenul, nu-i oferi condoleanțe până când devine clar faptul că respectivul este supărat din pricina punctajului, moment în care, oricât de mic ar fi acesta, încearcă să găseşti cuvinte pozitive, cum ar fi: „Oricum nu ai nevoie de el pentru slujba pe care ți-o doreşti".

Pentru cei care s-au descurcat bine, succesul ar trebui atribuit mereu norocului. Cei care au avut succes, după o răbufnire inițială de bucurie, nu pot vorbi despre cât de deştepți sunt şi ar trebui să lovească aerul cu entuziasm, în mod repetat, doar când sunt singuri. Cu toate acestea, părinții ar trebui să fie sunați numaidecât, ca să se bucure şi ei de triumful cu pricina.

Părinți: nu aveți de ce să le spuneți prietenilor şi familiei extinse mai mult decât o singură dată că progenitura voastră s-a descurcat nemaipomenit de bine la examene. Limitați apelurile la cei cărora chiar le pasă, mai degrabă decât la cei în fața cărora vreți să vă lăudați. Întrucât este odrasla voastră, este la fel de rău ca atunci când v-ați evidența propriul succes. Poate că sunteți mândri de ceea ce au oferit genele voastre puternice lumii, dar este copilăresc şi dovadă de îngâmfare din partea voastră să o afirmați, cu precădere în fața părinților cu copii mai puțin înzestrați.

Studenți: purtați-vă frumos cu părinții voştri la absolvire. Tocmai v-au ajutat să încheiați ani întregi de studii, aşa că nu este momentul potrivit

să arătați că vă simțiți jenați cu ei.

Dăruind cadouri

Printre ponturile utile se numără următoarele:

• Dacă faci un cadou pentru o ocazie specială, încearcă să te asiguri că ajunge la persoana respectivă la timp.

• Dacă nu eşti sigur dacă o anumită ocazie presupune sau nu un cadou, du sau trimite unul. Dacă nu eşti sigur dacă persoana cu pricina s-ar simți inconfortabil când va primi cadoul de la tine, de exemplu, pentru că ar putea sublinia faptul că ceilalți nu au adus cadouri, ia cu tine un cadou mic, ambalat (cum ar fi butoni sau cercei), în geantă sau în buzunarul de la costum, pe care să îl poți oferi în privat.

• Dacă este evident că ar trebui să oferi un cadou (de exemplu, la zilele de naştere), gândeşte-te bine ce vrei să iei. Cumpără ceva care să reflecte gusturile destinatarului, nu pe ale tale. Nu trebuie să fie un cadou scump ca să fie eficient, dacă este un cadou personal şi bine gândit.

• Când înmânezi cadoul, dacă există probabilitatea ca acesta să genereze jenă (de exemplu, dacă ai cumpărat lenjerie), insistă ca destinatarul să îl desfacă în privat.

• Nu lăsa eticheta cu preţul.

• Străduieşte-te puţin cu împachetatul, ca să arate festiv.

• Oferă cadouri ori de câte ori poţi. Unele dintre cele mai apreciate sunt cele oferite fără alt motiv decât din prietenie sau din dragoste.

Primind cadouri

Dacă se poate, încearcă să deschizi numaidecât cadoul. Plăcerea celui care dăruieşte va fi de a-ţi vedea reacţia. Arată-te mereu entuziasmat de dar. Nu cere niciodată chitanţa ca să îl înlocuieşti cu altceva. Dacă deschizi cadouri de la mai multe persoane în prezenţa altora, încearcă să pari cam la fel de emoţionat şi recunoscător pentru toate darurile primite. Dacă ai simţit că unii dintre cei care ţi-au dăruit cadouri au investit mai multă atenţie sau efort în alegerea lor, caută-i după aceea ca să le mulţumeşti în mod deosebit.

Nu da cadourile primite mai departe, ca daruri.

Observaţie

Spune mereu „mulţumesc“ şi exprimă-ţi încântarea atunci când primeşti un dar. Orice dar, oricât de mic, a consumat timp ca să fie obţinut şi ambalat.

Teatre şi spectacole live

Închide-ți telefonul mobil şi tableta. Dacă locurile nu s-au alocat în prealabil, nu încerca niciodată să rezervi mai mult de două scaune pentru cei care încă nu sunt prezenți.

Cum ghicești vârsta

Pentru cei sub 25 de ani, scade cinci ani din oricât ai crede tu că este vârsta lor reală.

Pentru cei între 20 şi 25 de ani, scade un an.

Pentru adolescenți, adaugă doi ani.

Pentru pre-adolescenți, încearcă să ghiceşti vârsta corect.

Cum să accepți un compliment

Spune „mulțumesc“ şi fă la rândul tău un compliment la fel de generos şi de autentic, imediat sau mai târziu, dacă nu îți vine nimic în minte pe moment.

Copii

Ponturile generale includ:

• Dacă ai copii mici, este datoria ta ca părinte ca aceştia să nu îi enerveze pe alții. Nu este treaba altcuiva să îi amuze. Dacă o persoană amabilă şi-a asumat această sarcină, ține cont de faptul că după 15 minute ar trebui înlocuită. Asta dacă nu o plăteşti (de exemplu, dacă nu e bonă).

• Învață-ți copilul să fie manierat la masă, cum să poarte o conversație politicoasă şi imprimă-i importanța de a face linişte când este nevoie. Poartă-te manierat, iar copilul tău va ajunge să te imite.

• Acordă-le copiilor tăi acelaşi respect pe care ți-ar plăcea să îl primeşti de la ei. Nu îi întrerupe în mijlocul propoziției ca să spui tu ceva, de exemplu, iar, când se poate, respectă-le intimitatea şi prietenii pe care şi-i aleg. Spune „te rog“, „mulțumesc“ şi „îmi pare rău“ când este cazul.

• Împarte sarcini cu alți părinți, asigurându-te că oferi la fel de multe favoruri precum primeşti în ceea ce îi priveşte pe copiii voştri.

• Nu presupune niciodată că copiii tăi sunt invitați la anumite evenimente. Dacă numele lor nu sunt trecute pe invitație, angajează o bonă, mai

degrabă decât să îți pui gazda în poziția ciudată de a fi nevoită să explice de ce ar prefera să nu fie şi copii de față.

• Ca gazdă, dacă vrei să organizezi un eveniment fără să fie prezenți anumiți copii ai prietenilor voştri, trebuie să îl faci un eveniment „fără copii".

• Ține cont de faptul că prietenii tăi, cu precădere cei care nu au copii, cel mai probabil că nu vor să asculte detalii despre viața şi realizările zilnice ale copilului tău. Copiii vor fi, în mod firesc, o mare parte a vieții tale, dar, dacă spui o poveste despre ei, încearcă să fie cât mai scurtă posibil şi încearcă să o păstrezi amuzantă sau sincer interesantă.

Familie şi prieteni

Devine uşor să îi iei de buni pe cei mai apropiați ție pe măsură ce începi să urmezi nişte rutine familiare. Cu toate acestea, gândeşte-te în mod regulat dacă rutina cu care te-ai obişnuit presupune o distribuire corectă a sarcinilor. În plus, asigură-te că sarcina de a plăti nu cade mereu pe aceeaşi persoană şi că efortul de a vă vizita reciproc este mereu împărțit între voi, chiar dacă unul dintre voi locuieşte într-un loc mai frumos sau mai plin de viață. Asigură-te că vă străduiți amândoi să vă sunați. Dacă simți că unul dintre prietenii tăi sau una dintre rudele tale se străduieşte mereu mai tare ca tine, depune şi tu mai mult efort.

Oricât de apropiat ai fi de prietenii tăi şi de familia ta, ține mereu minte că spațiul lor personal include şi casa lor. Avertizează-i înainte să aterizezi în pragul uşii, ca să verifici dacă vizita nu îi va importuna şi, chiar dacă s-ar putea ca expresia „simte-te ca acasă" să răsune degajat

prin preajma ta, nu o face niciodată. De exemplu, întreabă înainte să iei articole din frigider, să împrumuți cărți sau să schimbi postul de radio sau canalul TV. Dacă, cu permisiunea prietenului tău sau a rudei tale, chiar împrumuți un articol din casa lor, înapoiază-l cât mai curând posibil după ce nu îl mai foloseşti, în starea în care l-ai împrumutat. Nu împrumuta niciodată un articol mai mult de o lună, decât dacă ai primit permisiunea explicită a unui prieten sau a unei rude de a o face.

10 LUCRURI DE ȚINUT minte

1. Dacă nu ştii dacă să laşi sau nu bacşiş, lasă bacşiş.

2. Lasă toaletele la fel cum le-ai găsit.

3. Când oamenii încearcă să poarte o conversație cu tine, scoate-ți din urechi căştile playerului MP3.

4. Nu te băga în față la cozi.

5. Respectă spațiul personal al femeilor însărcinate, dar oferă-te să ajuți acolo unde se poate.

6. Nu înjura în public.

7. Foloseşte cu generozitate cuvintele „te rog“, „mulțumesc“ şi „îmi pare rău“.

8. Fă mereu cinste când îți vine rândul în baruri.

9. Fii punctual.

10. Fă complimente cu generozitate şi primeşte-le cu modestie.

Concluzie

Conținutul acestei cărți nu se vrea a fi luat ca o listă riguroasă care să determine comportamentul politicos din vremurile noastre. De la zi la zi şi de la o situație la alta, s-ar putea ca modul „corect“ de a face lucrurile să se schimbe în mod neaşteptat față de cele scrise aici. Să fii o persoană amabilă cu intenții onorabile va fi mereu mai important decât să ştii ce cuțit şi ce furculiță să foloseşti la cină, dar cunoaşterea manierelor şi a etichetei moderne este un semn de respect față de cei din jurul tău.

Observă fluxul, refluxul, îmbulzeala, agitația, confuzia şi haosul din viața de zi cu zi şi fă tot ce poți ca să nu ataci sensibilitățile prietenilor, ale familiei, ale colegilor de muncă şi ale străinilor. Îmbrățişează astăzi eticheta ca semn al amabilității, mai degrabă decât ca semn al banilor sau al clasei – consideră cele citite aici efectiv un punct de pornire către o variantă a ta care este mai atentă cu cei din jur.

Lecturi suplimentare

Pentru majoritatea capitolelor din această carte şi, în unele cazuri, chiar şi a subcapitolelor, există volume întregi despre eticheta specifică în situațiile cu pricina. Chiar dacă manierele moderne reprezintă un concept fluid, pentru îndrumări mai detaliate, poţi să răsfoieşti următoarele cărți:

Debrett's Correct Form, (Debrett's Ltd, 2006)

Titles and Forms of Address: A Guide to Correct Use (A & C Black Publishers Ltd, 2007)

Blackstone-Ford, J., Jupe, S., Ex-Etiquette for Holidays and Other Family Celebrations (Chicago Review Press, 2007)

Campbell, D., The Bride Wore Black Leather… and He Looked Fabulous: An Etiquette Guide for the Rest of Us (Greenery Press, SUA, 2001)

Carlson, R., The Don't Sweat Guide to Entertaining: Enjoying Friends More While Worrying Less (Hyperion, 2004)

Charles, M., Debrett's Guide to Entertaining: The Complete Guide of Modern Entertaining (Headline Book Publishing, 1994)

Clayton, N., A Butler's Guide to Table Manners (National Trust Books, 2007)

Dallas, J., When Homosexuality Hits Home: What to Do When a Loved One Says They're Gay (Harvest House Publishers, 2004)

Devereux, G.R.M., Etiquette for Men: A Book of Modern Manners and Customs (Bounty Books, 2002)

Dresser, N., Multicultural Celebrations: Today's Rules of Etiquette for Life's Special Occasions (Three Rivers Pr, 1999)

Fodor, All About Tipping (Fodor's Travel Publications Inc, 2002)

Glazier, What Never to Say to Pregnant Women: A Guide to Pregnancy Etiquette (Spectacle Lane Press, Inc, 1996)

Kallos, J., Because Netiquette Matters! (Xlibris Corporation, 2004)

Kavet, G., Robin, A., Saving Face: How to Lie, Fake and Manoeuvre Your Way Out of Life's Most Awkward Situations (Simon & Schuster Childrens Books, 2005)

Lenius, O., A Well-dressed Gentleman's Pocket Guide (Prion Books Ltd, 2006)

Lucas, S., The Art of Public Speaking (McGraw-Hill Education, 2000)

Maggio, R., The Art of Talking to Anyone: Essential People Skills for Success in Any Situation (McGraw-Hill Higher Education, 2007)

Matlins, Perfect Stranger's Guide to Funerals and Grieving (SkyLight Paths Publishing, SUA, 2000)

Mills, Y., How to Party: Everything You Need to Know About Throwing a Successful Party (Rooftop Publishing, 2006)

Mole, J., Mind Your Manners: Managing Business Culture in a Global Europe (Nicholas Brealey Publishing Ltd, 2003)

Naylor, S., The Essential Guide to Wedding Etiquette (Sourcebooks, Inc, 2006)

Powell, P., Behave Yourself! The Essential Guide to International Etiquette (Insiders' Guide, 2005)

Repenski, K., The Complete Idiot's Guide to Successful Dressing (Alpha Books, 1998)

Roane, S., How to Work a Room, Fully Revised and Updated: The Ultimate Guide to Savvy Socializing In-Person and On-Line (Robson Books Ltd, 2002)

Sinclair, K., Mobile Mayhem: Life, Mobile Phones and All That (Take That, 1999)

Strawbridge, M., Netiquette: Internet Etiquette in the Age of the Blog (Software Reference Ltd, 2006)

Taylor, L.C., Burgess, V., Robb, D., The Etiquette of Dating (Gibbs M. Smith Inc, 2003)

Taylor, L.C., Burgess, V., Robb, D., The Etiquette of Parenting (Gibbs M. Smith Inc, 2003)

Wainwright, G.R., Teach Yourself Body Language (Hodder Education, 2003)

West, K., How to Raise a Gentleman: A Civilized Guide to Helping Your Son Through His Uncivilized Childhood (Rutledge Hill Press, SUA, 2003)

Whitmore, J., Business Class: Etiquette Essentials for Success at Work (St. Martin's Press, 2005)